अच्छी आदतें

मनुष्य के जीवन में उसकी अच्छी आदतों का ही महत्व है

लेखक
श्री केशवकुमार ठाकुर

प्रकाशक
नवयुवक प्रकाशन
गिलिस बाजार
कानपुर

प्रथमबार]   जून १९५८   [मूल्य एक रुपया

मुद्रक
इन्द्रमणि जायसवाल
मणि प्रिंटिंग प्रेस
मणि नगर
५१ए पूराबल्दी, कीटगञ्ज, इलाहाबाद

भूमिका

मनुष्य के जीवन में जितना अधिक महत्व उसकी अच्छी आदतों का है, उतना उसकी किसी दूसरी चीज का नहीं। अपनी अच्छी आदतों के द्वारा मनुष्य सुख-सम्पत्ति, यश और सौभाग्य का अधिकारी बनता है और उनके अभाव में वह दूसरों की दृष्टि से गिर जाने के साथ-साथ सदा के लिए दीन, दरिद्र और पतित हो जाता है।

कोई भी मनुष्य अपने जीवन में बुरी आदतें पसन्द नहीं करता। फिर भी वह बुरी आदतें कैसे पाल लेता है, इस बात को वह स्वयं नहीं जानता। अधिकांश बुरी आदतों के मनुष्य अपना सुधार करना चाहते हैं, परन्तु उनको सुधार का मार्ग नहीं मिलता। 'अच्छी आदतें' नामक इस छोटी-सी पुस्तक में इन्हीं सब बातों का वर्णन किया गया है और बताया गया है कि आदतों का निर्माण कैसे होता है। साथ ही यह भी बताया गया है कि जिनकी आदतें एक बार बुरी पड़ जाती हैं, वे उनको मिटाकर और आमूल परिवर्तन करके अपने जीवन में अच्छी आदतें कैसे पैदा कर सकते हैं।

यह पुस्तक प्रत्येक नवयुवक और विद्यार्थी के लिए पढ़ना अत्यन्त आवश्यक है। मेरी समझ में अच्छी आदतों के निर्माण के सम्बन्ध में नवयुवकों और विद्यार्थियों को सही बातों के जानने की शिक्षा नहीं मिलती।

इस अवस्था में माता-पिता और गुरुजनों को चाहिए कि वे अपने बालकों और बालिकाओं के हाथों में इस पुस्तक को देकर उनकी अच्छी आदतों के निर्माण का कार्य करें। ऐसा करने से उनको एक बहुत बड़ी सफलता मिलेगी।

इस पुस्तक के पढ़ने से और इसमें लिखे गये विचारों का अनुसरण करने से यदि पाठकों और पाठिकाओं में अच्छी आदतों की उत्पत्ति हुई तो इसके लिखने में मैंने जो परिश्रम किया है, मैं उसे सफल समझूँगा।

—केशव कुमार ठाकुर

विषय-सूची

अच्छी आदतें

पहला परिच्छेद

आदतों का प्रभाव

मनुष्य के जीवन में अच्छी आदतें जितना अधिक महत्व रखती हैं, बुरी आदतें उतनी ही उसके पतन की कारण बन जाती हैं। बच्चों से लेकर बूढ़ों तक, अच्छी आदतें मनुष्य को सुखी, सन्तुष्ट और सन्तोषपूर्ण बनाती हैं। यदि हम किसी श्रेष्ठ पुरुष के समस्त जीवन का अध्ययन करें तो अच्छी आदतों के सिवा हमको और कोई नयी बात न मिलेगी।

इसी प्रकार यदि हम दुःख और दुर्भाग्य में पड़े हुए आदमियों की तरफ देखें और हम उनको समझने की कोशिश करें तो हमें सहज ही मालूम हो सकता है कि उनके दुःख और सम्पूर्ण दुर्भाग्य का कारण उनकी बुरी आदतें हैं।

कोई भी मनुष्य अपने जीवन में सुख, सम्मान और सौभाग्य चाहता है। लेकिन उनकी संख्या बहुत थोड़ी होती है जो अपनी अभिलाषाओं की पूर्ति कर पाते हैं। इसका कारण क्या है, यह हमको समझने की आवश्यकता है। बहुत सीधा-सा प्रश्न हमारे सामने यह है कि जब सभी मनुष्य अपने जीवन में सुख और सम्मान चाहते हैं तो फिर उनकी इस अभिलाषा की पूर्ति न होने का कारण क्या है? इस प्रश्न के समझने की आवश्यकता सभी प्रकार के मनुष्यों को है, फिर चाहे वे बच्चे हों, चाहे

अथवा बूढ़े। अगर मनुष्य इस प्रश्न को सही-सही समझता नहीं है तो वह अपने-आपको सुखी और सम्मानपूर्ण नहीं बना सकता।

अच्छी आदतों से आदर मिलता है

संसार में कोई मनुष्य ऐसा न मिलेगा जो सुख और सम्मान न चाहता हो। लेकिन उसकी इस अभिलाषा के पूर्ण न होने का कारण यह है कि उसको अपनी इच्छा की पूर्ति का मार्ग नहीं मालूम। किसी आदमी को कानपुर से अगर दिल्ली जाना है और वह यह नहीं जानता कि दिल्ली जाने का मार्ग क्या है तो उसका दिल्ली पहुँचना कभी भी सम्भव नहीं है। केवल दिल्ली पहुँचने की अभिलाषा करने से ही वह दिल्ली न पहुँच जायगा। उसे यह समझना पड़ेगा कि दिल्ली का मार्ग कौन-सा है।

ठीक यही अवस्था हमारे जीवन में सुख और सम्मान की है। संसार में सब से अधिक सुखी और सौभाग्यशाली वह है जिसका सभी लोग आदर और प्यार करते हैं। छोटे बच्चे दूसरों से प्यार चाहते है, स्त्रियों को सदा आदर की भूख रहती है और प्रत्येक मनुष्य सम्मान चाहता है। यह प्यार, आदर और सौभाग्य किसी भी मनुष्य के जीवन की रचना करता है। परन्तु इस प्यार, आदर और सम्मान के पाने का उपाय क्या है? प्रत्येक अवस्था में हमको इसे समझने की आवश्यकता है।

इस प्रश्न के उत्तर को खोजने के लिए किसी को विस्तार में जाने की आवश्यकता नहीं है। यदि श्रेष्ठ पुरुषों, स्त्रियों और अच्छे लड़कों-लड़कियों के जीवन को बुद्धिमानी के साथ समझने की कोशिश की जाय तो बड़ी आसानी के साथ समझ में आ सकता है कि उनकी श्रेष्ठता और उनके प्यार तथा सम्मान पाने

का कारण उनके जीवन में अच्छी आदतें हैं। इन अच्छी आदतों के अभाव में प्रत्येक मनुष्य को दूसरों के प्यार और सम्मान से वञ्चित रहना पड़ता है, मनुष्य के जीवन का यह परम सत्य है। इसलिए जिनको अपने जीवन में इसकी आवश्यकता हो, वे इस बात को स्पष्ट और ईमानदारी के साथ समझने की कोशिश करें कि अच्छी आदतें क्या हैं और उनका निर्माण कैसे होता है।

अच्छी आदतों का निर्माण

हमारे जीवन में अच्छी बातों का प्रारम्भ अच्छी आदतों के साथ होता है और बुरी आदतें हमारे जीवन को समस्त खराबियों की ओर ले जाती हैं। जब यह विश्वास हमारे हृदय में उत्पन्न हो जाता है तो सहज ही यह जानने की प्रवृत्ति उत्पन्न होती है कि कोई भी मनुष्य अच्छी आदतों वाला कैसे बनता है।

अच्छी आदतों का निर्माण करने के पहले किसी भी मनुष्य को उस सत्य के जानने की आवश्यकता होती है, जिससे अच्छी आदतों की नींव पड़ती है और जिसके अभाव में मनुष्य के जीवन में बुरी आदतों की सृष्टि होती है। इस विषय का मूल आधार यह है कि जो लोग सही तरीके का जीवन बिताना चाहते हैं और जीवन की श्रेष्ठता प्राप्त करना चाहते हैं, उनको झूठी बातों का विश्वास अपने हृदय से निकाल देना चाहिए। उन झूठी और निराधार बातों में कुछ इस प्रकार हैं :

(१) मनुष्य यह समझने में भूल करता है कि हमारे जीवन का सुख और सम्मान सम्पत्ति है। जिसके अच्छे आचरण होते, उसे न तो अपने घर में आदर मिलता है और न

(२) जिस आदमी में बुरी आदतें पड़ जाती हैं

नहीं सोचना चाहते, जिनकी आदतें बिगड़ जाती हैं और इतना ही कहकर यहाँ पर हम उनका परिचय देना चाहते हैं कि वे स्वयं अपने जीवन से किसी समय ऐसे ऊब जाते हैं कि आत्म-हत्या करने के सिवा उनको कुछ और नहीं सूझता।

सच बात तो यह है कि बुरी आदतें मनुष्य के जीवन में इतना भयानक परिणाम पैदा करती हैं, जिनको यहाँ पर लिखकर बताया नहीं जा सकता। वे मनुष्य के जीवन में भयानक पाप के रूप में होती हैं और इस प्रकार का मनुष्य अपने जीवन के अन्तिम दिन तक उनके अवाञ्छनीय परिणाम का भोग करता है।

आदतों के बिगड़ने का कारण

इस परिस्थिति में कोई भी मनुष्य जान-बूझकर बुरी आदत वाला नहीं बनना चाहता। फिर भी उनकी आदतों के बिगड़ने का कारण क्या है? इसको स्पष्ट समझने की आवश्यकता है।

अपने जीवन को श्रेष्ठ और सुखमय बनाने के लिए प्रत्येक बालक और बालिका को, प्रत्येक युवक और युवती को, एवम् प्रत्येक स्त्री और पुरुष को अच्छी आदतों का निर्माण करना जरूरी है। अच्छी आदतों का प्रभाव जिनकी समझ में आजाय, उनको मैं इस छोटी-सी पुस्तक के द्वारा सफलतापूर्वक बताने की कोशिश करूँगा कि अपने जीवन में अच्छी आदतों का निर्माण वे कैसे कर सकते हैं और जिनकी आदतें बिगड़कर बुरी हो चुकी हैं, वे सफलता के साथ उनका सुधार करके सुखी, सम्मानपूर्ण और यशस्वी कैसे बन सकते हैं।

अच्छी आदतों का निर्माण करने और बुरी आदतों मिटाकर अच्छी आदत वाला बन जाने की जिनकी ... यह पुस्तक उनके जीवन में अच्छी ...

विना किसी सन्देह के इस बात के कहने का मैं साहस करता हूँ।

आगामी पन्नों में मैं यह बताने की चेष्टा करूँगा कि अच्छी आदतों के निर्माण न होने और प्रायः बुरी आदतों के पड़ जाने के क्या कारण होते हैं, साथ ही मैं यह भी बताने की कोशिश करूँगा कि बुरी आदतों का कड़ुवा फल भोगते रहते दिनों में भी कोई भी युवक, विद्यार्थी अथवा मनुष्य उनका त्याग क्यों नहीं कर पाता।

प्रत्येक युवक, विद्यार्थी और मनुष्य से—फिर चाहे वह स्त्री हो अथवा पुरुष—मैं साहस पूर्वक कहूँगा कि आप अपने हृदय में अच्छी आदतों के निर्माण का संकल्प करें, जिनकी आदतें बिगड़ी हुई हैं, उनको वे मिटाने, सुधारने और बदलने की प्रतिज्ञा करें, उस समय इस पुस्तक की प्रत्येक पंक्ति आपके संकल्प को दृढ़ और सफल बनाने में आपकी सहायता करेगी। इसका मैं विश्वास करता हूँ और आप भी इसका विश्वास करें। उसी दशा में आप निश्चयपूर्वक इस पुस्तक का लाभ उठा सकेंगे?

दूसरा परिच्छेद

आदत और स्वभाव

अच्छी आदतों का निर्माण न हो सकने का बहुत बड़ा कारण है कि लोग आदत को समझने में भूल करते हैं। लोगों ने आदत और स्वभाव को एक समझ रखा है। हमारे जीवन की

ये छोटी-छोटी बातें हैं, लेकिन उनके द्वारा बड़ी बातों का निर्माण होता है।

आदत और स्वभाव को एक समझने का कारण है। दोनों के अन्तर को समझने के लिए जन-साधारण के पास साधनों का अभाव है। हमारे विद्यार्थियों को जो पुस्तकें पढ़ने को मिलती हैं, उनमें इस प्रकार की सही आलोचनायें नहीं रहतीं और इस सत्य को जानने के लिए जो दूसरे साधन हो सकते हैं, उनका भी पूर्णतया अभाव है। फिर यह अंतर लोगों की समझ मे कैसे आवे। मैंने स्कूलों के अध्यापकों को भी स्वभाव का अर्थ आदत बताते हुए सुना और देखा है। इस प्रकार उसके सम्बन्ध में हमारे जो संस्कार आरम्भ होते हैं, वही गलत होते हैं। उस दशा में आदतों का यदि सही निर्माण हमारे जीवन में न हो तो आश्चर्य क्या है!

स्वभाव और आदत को एक नहीं कहा जा सकता। वे दो हैं और दोनों का अलग-अलग कार्य है। स्वभाव का निर्माण नहीं होता और न उसका परिवर्तन होता है। लेकिन आदतों का निर्माण होता है, उनमे सुधार और परिवर्तन भी होता है। यही दोनों में अन्तर है।

स्वभाव और आदत में अन्तर है

आदतों का निर्माण, सुधार और परिवर्तन हमारे जीवन में उसी दशा मे सम्भव हो सकता है, जब हमको उनका वास्तविक ज्ञान हो। इसीलिए यहाँ पर सब से पहले हम यह बताने की चेष्टा करेंगे कि स्वभाव और आदत में क्या अन्तर है। इन दोनों का अन्तर मनुष्य से लेकर अनेक
सकता है :

१—आग

नहीं करनी पड़ती और न उसकी यह गर्मी मिटायी ही जा सकती है।

२—पानी का स्वभाव शीतल है, यह शीतलता उसमें प्राकृतिक रूप से होती है। पानी में गर्मी पैदा की जा सकती है, लेकिन उसके बाद उसमें अपने-आप फिर शीतलता उत्पन्न हो जाती है।

३—नीम के पेड़ का स्वभाव कड़ुवा होता है, उसके इस कड़ुवेपन को न तो मिटाया जा सकता है और न बदला जा सकता है।

४—सूर्य के प्रकाश मे गर्मी और चन्द्रमा के प्रकाश में शीतलता होती है। इन किसी प्रकार का परिवर्तन सम्भव नहीं है।

५—तेल, मक्खन और घी का स्वभाव स्निग्ध है, इन पदार्थों में न तो स्निग्धता पैदा करनी पड़ती है और न वह मिटाई जा सकती है।

इसी प्रकार प्रकृति के विभिन्न पदार्थों मे उनके स्वभाव देखे जाते हैं। इन स्वभावों को यहाँ पर विस्तार के साथ लिखने की आवश्यकता नहीं है। अब हमें आदतों के सम्बन्ध में विचार करना चाहिए :

१—एक कागज को कुछ समय के लिए मोड़कर रख दिया जाय, उसके बाद उसे जब खोला जायगा तो उसके आकार-प्रकार में अन्तर पड़ जायगा। इसे आदत कहते हैं, जो उत्पन्न की जाती है।

२—किसी हरे बांस अथवा [illegible] लकड़ी को [illegible] [illegible] जायगा, वैसी ही वह तैयार हो जायगी [illegible] और [illegible] भी। [illegible] [illegible], वैसी ही वह तैयार हो जायगी

यह उत्पन्न होने वाली आदत सावधानी के साथ बदली भी जा सकती है।

३—किसी रबर अथवा रस्सी को लेकर और उनको मोड़कर कुछ दिनों के लिए रख दिया जाय। उसके बाद खोले जाने पर उस रस्सी और रबर का सीधापन नष्ट हो जायगा और जिस प्रकार उनको मोड़कर रखा गया था, उसी प्रकार मुड़ी हुई उनकी आकृति बन जायगी। यह आदत है, जिसका निर्माण होता है और फिर उस परिस्थिति को बदलने से उसका सुधार और परिवर्तन भी होता है।

४—इन आदतों को और भी अधिक गम्भीरता के साथ देखा जा सकता है। किसी पदार्थ को नीम के पेड़ के नीचे उसकी जड़ के समीप खोदकर गाड़ दिया जाय और कुछ दिनों के बाद उसे निकाला जाय तो उस पदार्थ में नीम की शीतलता और उसका कड़ुवापन उत्पन्न हो जायगा। यह एक आदत है जो संगति के प्रभाव से उत्पन्न होती है। इस उत्पन्न हुई आदत में सुधार और परिवर्तन भी किया जा सकता है।

५—परवल कड़ुवा नहीं होता। लेकिन कड़वी ककड़ी के खेत में उत्पन्न होने वाला परवल ककड़ी की कड़ुवाहट को लेकर जन्म लेता है। परवल का यह प्रभाव ऊपर की घटना के समान है।

स्वभाव और आदत में क्या अन्तर है, इसको समझने के लिए ऊपर जो उदाहरण दिये गये हैं, वे स्पष्ट प्रकाश डालते हैं। इन आदतों के सम्बन्ध में यदि हम गम्भीरता के साथ विचार करें तो उनकी सभी बातें आसानी के साथ हमारी समझ में आ सकती हैं।

मनुष्य की आदतें

अब हमें मनुष्य की आदतों की तरफ ध्यान देना चाहिए। एक मनुष्य में चोरी जैसे अपराध करने, जुआ खेलने अफीम, शराब जैसी मादक चीज़ों का प्रयोग करने की आदत पड़ जाती है। कोई झूठ बोलता है, कोई विश्वासघात करता है। इस प्रकार की सैकड़ों और सहस्त्रों बातें मनुष्य के जीवन में आदतों के रूप में आ जाती हैं, जिनसे उसका तो विनाश होता ही है, समाज की शान्ति भंग होती है और मानव-जीवन संकटमय हो जाता है।

इस प्रकार की बातों में अभी और भी हैं, गालियाँ देने, किसी का अपमान करने, बुराई अथवा चुगली करने की भी आदतें पड़ जाती हैं। दूसरों की अच्छाई को देख न सकना, दूसरे का सदा बुरा चाहना, उनकी निन्दा करना और निराधार बातें करके उनको समाज के नेत्रों में अपमानित करना भी मनुष्य की आदतों में शामिल है।

इस प्रकार की बहुत-सी बातें हैं, जिनको सभी लोग आदतें कहा करते हैं, इन बातों को स्वभाव में नहीं शामिल किया जा सकता। स्वभाव और आदतों का अन्तर पहले लिखा जा चुका है। संक्षेप में उसे यों याद रखना चाहिए कि जीवन की विभिन्न प्रकार की परिस्थितियों में आदतों का निर्माण होता है और उनमें परिवर्तन भी होता है। लेकिन स्वभाव का न तो निर्माण होता है और न उसमें कभी परिवर्तन होता है।

हम स्वभाव में सुधार और परिवर्तन नहीं कर सकते। उसकी गहराई में हमें जाने की आवश्यकता नहीं है। हमें यहाँ पर आदतों की आलोचना करना है। उनके सम्बन्ध में वास्तविकता को इसलिए समझना है कि सम्पूर्ण मनुष्यों के जीवन में

जो आदतें बन जाती हैं, उन्हीं पर उनका बनना और बिगड़ना निर्भर होता है।

अच्छी आदतें अच्छी जिन्दगी का निर्माण करती हैं

ये आदतें दो प्रकार की होती हैं, अच्छी आदतें और बुरी आदतें। साधारण तौर पर सभी मनुष्य अच्छी आदतों और बुरी आदतों को जानते हैं। लेकिन ऐसे आदमियों की संख्या नहीं के बराबर होती है, जो समझते हैं कि अच्छी आदतें कैसे डाली जाती हैं और बुरी आदतों को कैसे मिटाया जाता है। अगर मनुष्य के जीवन में अच्छी आदतें डाली नहीं जा सकतीं और उसकी बुरी आदतें मिटायी नहीं जा सकतीं तो उसके जीवन को अच्छा नहीं बनाया जा सकता, इस बात को भली प्रकार समझ लेना चाहिए।

आदतों के सम्बन्ध में एक बहुत बड़ा भ्रम सर्वसाधारण में है। लोग आदत और स्वभाव को एक समझा करते हैं। लेकिन वास्तव में ऐसा नहीं है। किसी मनुष्य की अच्छी अथवा बुरी आदत के सम्बन्ध में लोग कहने लगते हैं, 'उसका यह स्वभाव है', ऐसा कहना और समझना इस बात का प्रमाण है कि कहने वाले को आदत और स्वभाव के समझने का ज्ञान नहीं है।

आदतों की वास्तविकता को समझे बिना अच्छी आदतों का न तो निर्माण हो सकता है और न बुरी आदतों में सुधार किया जा सकता है। आदतों का निर्माण अपने-आप नहीं होता। अच्छी और बुरी दोनों प्रकार की आदतों का निर्माण हमारे जीवन की परिस्थितियाँ करती हैं। कब और कैसे उनका निर्माण होता है, इस पर विस्तार के साथ आगामी परिच्छेद में लिखा जायगा।

प्रायः लोग कहने लगते हैं, उस आदमी का स्वभाव बहुत

अच्छा है, इस प्रकार कहना ठीक नहीं है। इसलिए कि स्वभाव कभी किसी का न तो अच्छा होता है और न बुरा। वह अच्छा भी है और कभी किसी के लिए बुरा भी हो सकता है। ऊपर नीम के पेड़ का एक उदाहरण दिया गया है। उसका कड़ुवापन उसका स्वभाव है। वह अच्छा भी है और बुरा भी है। लेकिन आदतों के सम्बन्ध में यह नहीं कहा जा सकता। एक अच्छी आदत सभी के लिए अच्छी होती है और बुरी 'आदत सभी के लिए सदा बुरी होती है। यहाँ तक कि जिसकी आदत बुरी होती है, उसके लिए भी वह बुरी होती है।

आदतों के सम्बन्ध में निर्णय

इस विषय में पिछले जो पृष्ठ लिखे गये हैं, उनको ध्यान पूर्वक पढ़ने से और दोनों प्रकार की आदतों के मनुष्यों पर भली प्रकार विचार करने से कोई भी यह समझ सकता है कि बुरी आदतों के मनुष्य को जीवन भर रोना पड़ता है और जिसकी आदतें अच्छी होती हैं, वह अपने जीवन के अन्तिम समय तक सुख, सम्मान और सौभाग्य का भोग करता है, इस बात को पूर्ण रूप से समझ कर किसी भी मनुष्य को स्वयं निर्णय करना चाहिए कि वह अच्छी आदतों का आदमी बनना चाहता है अथवा बुरी आदतों का। वह जैसा चाहेगा, वैसा ही वह बनेगा। कोई दूसरा उसको न तो अच्छा बना सकता है और न बुरा।

आदतों के सम्बन्ध में झूठा विश्वास

इस विषय में एक बात और समझ लेने की है। बुरी आदतों के मनुष्य का सभी प्रकार पतन होता है और सभी उससे घृणा करते हैं और इस प्रकार जो पतित होते हैं, वे स्वयं अपने

सम्बन्ध में और उनके सम्बन्ध में दूसरे लोग भी प्रायः यही विश्वास करते हैं कि ये सब बातें भाग्यवश होती हैं, जिसका जैसा संस्कार होता है, उसको वैसा मिलता है। इस प्रकार के विश्वास वाले न तो अच्छी आदतों का अपने जीवन में निर्माण कर सकते हैं और न अपनी बुरी आदतों का सुधार कर सकते हैं।

अच्छा जीवन बिताने के लिए और जीवन का सुख और सम्मान प्राप्त करने के लिए सब से पहले जरूरी बात यह है कि जीवन में अच्छी बातों की सृष्टि की जाय। यदि ऐसा न किया गया और अपने जीवन को संस्कार और सौभाग्य के ऊपर छोड़ दिया गया तो दुर्भाग्य को रोने के सिवा और कुछ हाथ न लगेगा।

इसलिए प्रत्येक विद्यार्थी और पढ़े-लिखे युवकों को इस बात पर विश्वास करने की आवश्यकता है कि प्रत्येक मनुष्य स्वयं अपने सौभाग्य तथा सुखों की सृष्टि करता है। माता-पिता के द्वारा केवल जन्म होता है। वे उनको अच्छा बनाने के अधिकारी नहीं हैं। यदि ऐसा न होता तो प्रत्येक माता-पिता की सन्तान अच्छी आदतों वाली ही होती। लेकिन देखने में ऐसा नहीं आता। यह बात सही है कि माता-पिता अपनी समझ में अपनी सन्तान को अच्छा बनाने की चेष्टा करते हैं। लेकिन उनको यह सफलता नहीं के बराबर मिलती है और इसका कारण है। पहला कारण तो यह है कि सैकड़ों नहीं, हजारों पिता-माता में एक-दो ऐसे मिल सकते हैं, जिनको इस बात का सही ज्ञान हो कि सन्तान में अच्छी आदतें कैसे पैदा की जाती हैं. वे सन्तान उत्पन्न करना जानते हैं, प्यार करना जानते हैं और पालन-पोषण करके उनको बड़ा कर देना जानते हैं। लेकिन अच्छी आदतों का निर्माण इन तीनों बातों से भिन्न है। दूसरा कारण यह है कि उन माता-पिताओं की संख्या अधिक है, जो सन्तान उत्पन्न

काम लेता है। खरीदने के समय वह इस बात से बहुत सतर्क रहता है कि धोखे से कहीं उसको गन्दी, नकली अथवा अयोग्य चीज न मिल जाय। लेकिन मनुष्य अपने जीवन में अच्छी आदतों और बुरी आदतों के सम्बन्ध में कुछ भी सावधानी से काम नहीं लेता। उसी का यह परिणाम है कि समाज में उनकी संख्या बहुत अधिक है, जिनको बुरी आदतों ने घेर रखा है।

आदतों के बनने का तरीका

अच्छी और बुरी—दोनों प्रकार की आदतों के पैदा होने का समय और तरीका एक ही सा है। जिस प्रकार एक आदमी बाजार में खरीदने के समय अनजान होने के कारण अथवा सावधानी से काम न लेने के कारण सहज ही गलती कर जाता है और एक अच्छी चीज के स्थान पर गन्दी चीज पा जाता है, वही दशा इन आदतों के सम्बन्ध में होती है। अब हमें देखना यह है कि समाज में ऐसे कितने मनुष्य हैं जो इस बात से सावधान रहते हैं कि उनके अथवा उनके परिवार के जीवन में कहीं कोई बुरी आदत प्रवेश न कर जाय?

कोई भी मनुष्य अपने हृदय पर हाथ रखकर सोचे कि उसने बुरी आदतों से बचने और अच्छी आदतों को अपनाने की कितनी कोशिशें की हैं। सच बात तो यह है कि इस विषय में मनुष्य जितना लापरवाह है, उतना वह किसी बात में लापरवाह नहीं है। वह चार पैसे का एक मिट्टी का बरतन लेता है और इस बात के समझने की वह खूब कोशिश करता है कि उसका वह बरतन कहीं खोटा तो नहीं है। लेकिन इन खोटी आदतों के सम्बन्ध में मनुष्य कितना डरता है?

सच बात तो यह है कि बुरी आदतों का कोई भी डर हमारे हृदय में नहीं रहता। उसी का यह परिणाम है कि हमारे

व्यवहारों में एक भी अच्छी आदत नहीं है और हम दूसरों के साथ जितना भी व्यवहार करते हैं, सब में हमारी बुरी आदतों की प्रेरणा रहती है।

अच्छे आदमी

यह बात सही है कि अच्छी आदतों के मनुष्य भी समाज में हैं। लेकिन उनकी संख्या सैकड़ों और हजारों में कहीं एक दो की मुश्किल से है। एक आदमी किसी दूकान पर दो आने की कोई चीज लेने गया। चीज लेकर उसने एक रुपया दिया और दूकान दार से चौदह आने पैसे लेकर वह अपने घर चला गया। वहाँ पहुँचकर उसने देखा कि उन चौदह आने पैसों में एक चवन्नी भी है, जो नकली है। वह तेजी के साथ अपने घर से लौटकर दूकान पर गया और दूकानदार को वह चवन्नी दिखाकर उसके बदल देने के लिए उसने कहा। इस छोटी-सी बात पर उस दूकानदार के साथ बहुत देर तक लड़ाई हुई और उस आदमी को वही नकली चवन्नी लेकर अपने घर लौट जाना पड़ा।

दूकानदार की इस आदत को अच्छी आदतों में स्वीकार नहीं किया जा सकता। इस प्रकार के उदाहरणों से आज हमारा समाज भरा हुआ है और इन्हीं के फलस्वरूप समाज में उनकी संख्या अधिक है जो दुखी और दरिद्र हैं क्योंकि बुरी आदतों के कारण कोई भी मनुष्य कभी सुखी नहीं हो सकता।

समाज में दूसरे प्रकार के आदमी भी हैं। परन्तु उनकी संख्या बहुत कम है। एक आदमी एक चावल की दूकान पर गया और उसने दो रुपये के चावल खरीद कर दूकानदार को दस रुपये का एक नोट दिया। दूकान पर खरीदारों की एक छोटी-सी भीड़ थी। खरीदार दो रुपये के चावल ले कर और

अपनी साइकिल पर बैठ कर तेजी के साथ अपने घर लौट गया। वह आठ रुपये दूकानदार से लेना भूल गया।

उस आदमी का घर दूर था। घर जब पहुँचा, उस समय शाम हो रही थी। घर पर चावल रखने के बाद उसे अकस्मात अपने आठ रुपयों की याद आयी। वह एक साधारण और गरीब आदमी था। एकाएक वह घबरा उठा। लेकिन अब उसके घबराने से क्या होना था। उसने यह समझ कर विश्वास कर लिया कि अब रात को तीन घण्टे के बाद लौट कर दूकान पर जाने से कौन मेरी बात पर विश्वास करेगा।

उस आदमी को रात में नींद नहीं आयी। आठ रुपये का नुकसान उसका एक बड़ा नुकसान था। अनेक प्रकार के सोच-विचार में उसने रात काटी। उसे सन्तोष न मिला। सवेरे कुछ समझ कर वह चावल की दूकान पर जाने के लिए तैयार हुआ। उसे आशा न थी। फिर भी वह गया। दूकान पर पहुँचने पर उसने देखा कि इस समय वहाँ कोई भीड़ नहीं है। इसी समय दूकानदार ने उसकी तरफ देखा। उसको मुस्कराते देख कर उस आदमी को अचानक बहुत सन्तोष मिला। दूकान के निकट पहुँचते ही दूकानदार ने मुस्कराते हुए कहा—

"कल आप चावल लेकर बड़ी जल्दी में चले गये। दूकान पर भीड़ थी। मैंने आठ रुपये निकाल कर जैसे ही आपकी तरफ देखा। आप चले गये थे। मैंने चुपके आपके ये रुपये अपनी सन्दूक में रख लिए। मैं जानता था कि आप किसी समय वापस लौट कर आवेंगे।"

यह कह कर दूकानदार ने आठ रुपये के नोट निकाले और उस आदमी की तरफ बढ़ा दिये। उस गरीब आदमी की प्रसन्नता का ठिकाना न था। उसने दूकानदार के हाथ से नोट लेते हुए हँस कर कहा—

अपनी साइकिल पर बैठ कर तेज़ी के साथ अपने घर लौट गया। वह आठ रुपये दूकानदार से लेना भूल गया।

उस आदमी का घर दूर था। घर जब पहुँचा, उस समय शाम हो रही थी। घर पर चावल रखने के बाद उसे अकस्मात अपने आठ रुपयों की याद आयी। वह एक साधारण और गरीब आदमी था। एकाएक वह घबरा उठा। लेकिन अब उसके घबराने से क्या होता था। उसने यह समझ कर विश्वास कर लिया कि अब रात को तीन घण्टे के बाद लौट कर दूकान पर जाने से कौन मेरी बात पर विश्वास करेगा।

उस आदमी को रात में नींद नहीं आयी। आठ रुपये का नुकसान उसका एक बड़ा नुकसान था। अनेक प्रकार के सोच-विचार में उसने रात काटी। उसे सन्तोष न मिला। सवेरे कुछ समझ कर वह चावल की दूकान पर जाने के लिए तैयार हुआ। उसे आशा न थी। फिर भी वह गया। दूकान पर पहुँचने पर उसने देखा कि इस समय वहाँ कोई भीड़ नहीं है। इसी समय दूकानदार ने उसकी तरफ देखा। उसको मुस्कराते देख कर उस आदमी को अचानक बहुत सन्तोष मिला। दूकान के निकट पहुँचते ही दूकानदार ने मुस्कराते हुए कहा—

"कल आप चावल लेकर बड़ी जल्दी में चले गये। दूकान पर भीड़ थी। मैंने आठ रुपये निकाल कर जैसे ही आपकी तरफ देखा। आप चले गये थे। मैंने चुपके आपके ये रुपये अपनी सन्दूक में रख लिए। मैं जानता था कि आप किसी समय वापस लौट कर आवेंगे।"

यह कह कर दूकानदार ने आठ रुपये के नोट निकाले और उस आदमी की तरफ बढ़ा दिये। उस गरीब आदमी की प्रसन्नता का ठिकाना न था। उसने दूकानदार के हाथ से नोट लेते हुए हँस कर कहा—

व्यवहारों में एक भी अच्छी आदत नहीं है और हम दूसरों के साथ जितना भी व्यवहार करते हैं, सब में हमारी बुरी आदतों की प्रेरणा रहती है।

अच्छे आदमी

यह बात सही है कि अच्छी आदतों के मनुष्य भी समाज में हैं। लेकिन उनकी संख्या सैकड़ों और हजारों में कहीं एक दो की मुश्किल से है। एक आदमी किसी दूकान पर दो आने की कोई चीज लेने गया। चीज लेकर उसने एक रुपया दिया और दूकान दार से चौदह आने पैसे लेकर वह अपने घर चला गया। वहाँ पहुँचकर उसने देखा कि उन चौदह आने पैसों में एक चवन्नी भी है, जो नकली है। वह तेजी के साथ अपने घर से लौटकर दूकान पर गया और दूकानदार को वह चवन्नी दिखाकर उसके बदल देने के लिए उसने कहा। इस छोटी-सी बात पर उस दूकानदार के साथ बहुत देर तक लड़ाई हुई और उस आदमी को वही नकली चवन्नी लेकर अपने घर लौट जाना पड़ा।

दूकानदार की इस आदत को अच्छी आदतों में स्वीकार नहीं किया जा सकता। इस प्रकार के उदाहरणों से आज हमारा समाज भरा हुआ है और उन्हीं के फलस्वरूप समाज में उनकी संख्या अधिक है जो दुखी और दरिद्र हैं क्योंकि बुरी आदतों के कारण कोई भी मनुष्य कभी सुखी नहीं हो सकता।

समाज में दूसरे प्रकार के आदमी भी हैं। परन्तु उनकी संख्या बहुत कम है। एक आदमी एक चावल की दूकान पर गया और उसने दो रुपये के चावल खरीद कर दूकानदार को दस रुपये का एक नोट दिया। दूकान पर खरीदारों की एक छोटी-सी भीड़ थी। खरीदार दो रुपये के चावल ले कर और

अपनी साइकिल पर बैठ कर तेजी के साथ अपने घर लौट गया। वह आठ रुपये दूकानदार से लेना भूल गया।

उस आदमी का घर दूर था। घर जब पहुँचा, उस समय शाम हो रही थी। घर पर चावल रखने के बाद उसे अकस्मात अपने आठ रुपयों की याद आयी। वह एक साधारण और ग़रीब आदमी था। एकाएक वह घबरा उठा। लेकिन अब उसके घबराने से क्या होता था। उसने यह समझ कर विश्वास कर लिया कि अब रात को तीन घण्टे के बाद लौट कर दूकान पर जाने से कौन मेरी बात पर विश्वास करेगा।

उस आदमी को रात में नींद नहीं आयी। आठ रुपये का नुकसान उसका एक बड़ा नुकसान था। अनेक प्रकार के सोच-विचार में उसने रात काटी। उसे सन्तोष न मिला। सवेरे कुछ समझ कर वह चावल की दूकान पर जाने के लिए तैयार हुआ। उसे आशा न थी। फिर भी वह गया। दूकान पर पहुँचने पर उसने देखा कि इस समय वहाँ कोई भीड़ नहीं है। इसी समय दूकानदार ने उसकी तरफ देखा। उसको मुस्कराते देख कर उस आदमी को अचानक बहुत सन्तोष मिला। दूकान के निकट पहुँचते ही दूकानदार ने मुस्कराते हुए कहा—

"कल आप चावल लेकर बड़ी जल्दी में चले गये। दूकान पर भीड़ थी। मैंने आठ रुपये निकाल कर जैसे ही आपकी तरफ देखा। आप चले गये थे। मैंने चुपके आपके ये रुपये अपनी सन्दूक में रख लिए। मैं जानता था कि आप किसी समय वापस लौट कर आवेंगे।"

यह कह कर दूकानदार ने आठ रुपये के नोट निकाले और उस आदमी की तरफ बढ़ा दिये। उस ग़रीब आदमी की प्रसन्नता का ठिकाना न था। उसने दूकानदार के हाथ से नोट लेते हुए हँस कर कहा—

जीवन की श्रेष्ठता प्राप्त कर सके। इसलिए यह तो नहीं कहा जा सकता कि अधिक अवस्था हो जाने के बाद अच्छी आदतों का जन्म और बुरी आदतों का परिवर्तन होता ही नहीं। होता है, लेकिन बहुत कम।

माता-पिता की आदतों का प्रभाव

माता-पिता के रक्त और वीर्य से उसकी संतान का शारीरिक और मानसिक निर्माण होता है। संतान के इस निर्माण में माता को अधिक काम करना पड़ता है। गर्भावस्था के दिनों मे माता जो भोजन करती है, उसी का अंश गर्भस्थ शिशु का भोजन बन जाता है और गर्भावस्था के दिनों मे माता के विचारों का प्रभाव गर्भस्थ शिशु के विचारों पर पड़ता है। इसी समय से माता के आचरणों और आदतों के अंकुर उस शिशु के जीवन मे उत्पन्न होते हैं। इसका अर्थ यह है कि मनुष्य की आदतों का आरम्भ और प्रादुर्भाव उसके जीवन मे उस समय होता है, जब वह गर्भ में होता है। जन्म के बाद सबसे पहले आदतों की शिक्षा शिशु को माता से मिलती है।

यही कारण है कि जिन माताओं में अच्छी आदतें होती हैं, उनकी संतान अच्छी आदतवाली और जिन माताओं की आदतें बुरी होती हैं, उनकी संतान बुरी आदतवाली बन जाती है।

मनुष्य की आदतों की शुरूआत इस प्रकार माताओं के द्वारा होती है और छोटी अवस्था मे आदतों की बहुत-कुछ शिक्षा बच्चों को अपने पिता के द्वारा भी मिला करती है। छोटी अवस्था में बच्चे माता-पिता और अपने पोषकों के द्वारा जीवन की जिन बातों को जिस रूप मे पाते हैं, उसी रूप मे अपना लेते हैं। इसलिए होता यह है कि अच्छे माता-पिता की

पुत्र को उसके पिता के विरुद्ध समझाना आरम्भ किया। हुआ यह कि वह लड़का जुआरियों के संसर्ग में अधिक रहने लगा और अपनी इस बात को वह पिता से बराबर छिपाता रहा।

उन जुआरियों के संसर्ग से ही उसने बीड़ी पीना और फिर धीरे-धीरे उसने मादक पदार्थों में अफीम का सेवन करना भी सीख लिया। उसका पिता एक चरित्रवान अध्यापक था। उसने अधिक से अधिक कठोर व्यवहार लड़के के साथ किया। लेकिन लड़के में कोई सुधार न हुआ। उसकी मां उसका साथ देती थी और उसके पिता की कठोरता पर वह जला करती था।

अध्यापक का वह लड़का जो कुछ करता था, अच्छा समझकर करता था। पिता के कठोर व्यवहारों ने उसको पुत्र के निकट शत्रु बना दिया। परिणाम यह हुआ कि बीस वर्ष की अवस्था में पहुँचने के साथ-साथ वह जुआरी, अफीमची और एक अभ्यासी चोर बन गया। कई बार की चोरी के बाद जब उसको तीसरी बार ढाई वर्ष की चोरी में सज़ा हुई तो जेल में अपने जीवन पर उस युवक को ज्ञान हुआ और उसने पिता को एक पत्र लिखकर यह स्वीकार किया कि उसका जीवन किस प्रकार बरबाद हुआ है। अब रोने के सिवा उसके पास कोई उपाय न था और रोने से ही अब होता क्या था।

आदतों का आरम्भ

प्रायः देखा जाता है कि गर्भावस्था से लेकर छोटी अवस्था तक माता-पिता का जो प्रभाव पड़ता है, वह [illegible]
के प्रभाव से उड़ जाता है और
बन जाता है। इस [illegible]

की श्रेष्ठता साधु और सन्यासी बनने में ही है। इसलिए उसके मनोभावों का आकर्षण साधुओं और सन्यासियों ओर हुआ। अपने सुकुमार दिनों में वह निरन्तर साधुओं पास रहने और उनके बतायी हुई पुस्तकों को वह पढ़ने लगा।

कई वर्षों के बाद उसके जीवन में फिर परिवर्तन हुआ शिक्षा प्राप्त करने के दिनों में उस नवयुवक पर एक कवि प्रभाव पड़ा और उन दिनों में उसने यह समझ लिया कि करना ही जीवन की श्रेष्ठता है। इसलिए वह शिक्षा प्राप्त के साथ-साथ कवि बनने की चेष्टा करने लगा। परन्तु कवि प्रभाव भी उसके जीवन में स्थायी होकर न रहा। कवि के में आने के बाद उसका संसर्ग कहानीकारों और उपन्यासकारों साथ हुआ। उसने कहानियाँ और उपन्यास लिखे। परन्तु उस जीवन का परिवर्तन भविष्य में भी जारी रहा और एक दिन वह बालक—जिसके माता-पिता पूर्ण रूप से अशिक्षित अच्छा इतिहासकार और वक्ता बन गया।

मूर्ख माता का स्नेह

मनुष्य के जीवन में आदतों का निर्माण भी कुछ इसी प्रकार होता है। एक अध्यापक ने अपना दूसरा विवाह किया था, पहली स्त्री से उसके कोई सन्तान न थी। दूसरी स्त्री से एक लड़का और दो लड़कियाँ उत्पन्न हुईं। माता-पिता की आँखों में उस लड़के का महत्त्व अधिक था। इसलिए उस लड़के ने प्यार की अधिकता में ऐसी आदतें सीखीं, जो किसी प्रकार अच्छी नहीं थीं। कुछ दिनों में पित को

उसने पुत्र के साथ

अवस्था बारह-तेरह

हुआ। उसका यह

पुत्र को उसके पिता के विरुद्ध समझाना आरम्भ किया। हुआ यह कि वह लड़का जुआरियों के संसर्ग में अधिक रहने लगा और अपनी इस बात को वह पिता से बराबर छिपाता रहा।

उन जुआरियों के संसर्ग से ही उसने बीड़ी पीना और फिर धीरे-धीरे उसने मादक पदार्थों में अफीम का सेवन करना भी सीख लिया। उसका पिता एक चरित्रवान अध्यापक था। उसने अधिक से अधिक कठोर व्यवहार लड़के के साथ किया। लेकिन लड़के में कोई सुधार न हुआ। उसकी मा उसका साथ देती थी और उसके पिता की कठोरता पर वह जला करती था।

अध्यापक का वह लड़का जो कुछ करता था, अच्छा समझकर करता था। पिता के कठोर व्यवहारों ने उसको पुत्र के निकट शत्रु बना दिया। परिणाम यह हुआ कि बीस वर्ष की अवस्था में पहुँचने के साथ-साथ वह जुआरी, अफीमची और एक अभ्यासी चोर बन गया। कई बार की चोरी के बाद जब उसको तीसरी बार ढाई वर्ष की चोरी में सजा हुई तो जेल में, अपने जीवन पर उस युवक को ज्ञान हुआ और उसने पिता को एक पत्र लिखकर यह स्वीकार किया कि उसका जीवन प्रकार बरबाद हुआ है। अब रोने के सिवा उपाय न था और रोने से ही अब

प्रायः देखा
तक
के

बुराई सम्पर्क और संसर्ग पर निर्भर होती है। यदि वह सम्- और संसर्ग अच्छी आदतों के लोगों के साथ हुआ तो अच्छी आदतों का निर्माण और बुरी आदतों के आदमियों के सा- हुआ तो बुरी आदतों का निर्माण होता है। जिन दिनों इन आदतों का निर्माण होता है, उस समय उनकी अच्छाई और बुराई का ज्ञान कुछ नहीं होता और जिसकी आदतों का निर्माण होता है, वह उनको अच्छा ही समझकर अंगीकार करता है। परन्तु उनके परिणाम जब दूषित उसके सामने आते हैं और उनका उसे जब भोग करना पड़ता है, उस समय वह अपनी बुरी आदतों के लिए आँसू बहाता है।

आदतें दो प्रकार की होती हैं, जैसा कि पहले लिखा जा चुका है—अच्छी और बुरी। अच्छी आदतों के कारण मनुष्य का अपने जीवन में सुख, शान्ति, सम्मान और सौभाग्य प्राप्त होता है और बुरी आदतों के कारण दुख, अशान्ति और दु[illegible] प्राप्त होता है।

आदतें अच्छी हों अथवा बुरी, उनका निर्माण जीवन के आरम्भ में होता है और उस समय मनुष्य को उनकी अच्छाई बुराई का ज्ञान नहीं होता। इन दोनों प्रकार की आदतों के सम्बन्ध में हम आगामी परिच्छेदों में स्पष्ट रूप से अलग-अलग समझाने की कोशिश करेंगे।

चौथा परिच्छेद

आदतें—अच्छी और बुरी

पिछले पन्नों में लिखा जा चुका है कि हमारी आदतें दो प्रकार की हैं—अच्छी और बुरी। यह भी लिखा जा चुका है कि

ये आदतें किस प्रकार मनुष्य के जीवन मे अपना घर बना लेती हैं। इसलिए अब किसी को यह सोचने की गुञ्जाइश नहीं रह जाती कि मनुष्य मे आदतें अपने आप बन जाती हैं। यह जरूर है कि प्रायः आदतों के निर्माण के समय मनुष्य की अवस्था इस योग्य नहीं होती कि वह उनके परिणामों को जान सके।

अनुभव यह कहता है कि प्रायः मनुष्य के जीवन मे बुरी आदतें अथवा अविचारपूर्ण आदतें पहले उत्पन्न होती हैं और अच्छी आदतों की उत्पत्ति बाद में होती है। लेकिन ऐसा उसी अवस्था मे होता है, जब मनुष्य अपने जीवन का निर्माण स्वयं करता है और माता-पिता तथा परिवार के गुरुजनों से अच्छी आदतों के निर्माण मे उसे सहायता नहीं मिलती।

यह तो हुई आदतों के सम्बन्ध की एक साधारण कहानी। अब प्रश्न यह है कि हमे अपने जीवन मे अच्छी आदतें क्यों डालना चाहिए और बुरी आदतों से क्यों दूर रहना चाहिए?

मनुष्य के जीवन के दो रास्ते

इसके सम्बन्ध में एक बात और है और वह बात इस प्रश्न को सुलझाने मे बहुत-कुछ सहायता करती है। मनुष्य के जीवन मे आमतौर पर दो रास्ते होते हैं। एक अच्छा रास्ता और दूसरा बुरा रास्ता। जीवन के अच्छे रास्ते मे कोई आकर्षण नहीं होता और जिनको उसका अनुभव नहीं होता, उन्हें वह बहुत कुछ रूखा और कठोर मालूम होता है। लेकिन जो बुरा रास्ता होता है, उसमे एक अद्‌भुत आकर्षण और मिठास का पहले से ही अनुमान होता है।

अच्छी और बुरी आदतों के सम्बन्ध मे
अच्छी आदतों के मुकाबिले में बुरी
आरम्भ से ही कुछ प्रिय मालूम

बुराई सम्पर्क और संसर्ग पर निर्भर होती है। यदि वह सम्पर्क और संसर्ग अच्छी आदतों के लोगों के साथ हुआ तो अच्छी आदतों का निर्माण और बुरी आदतों के आदमियों के साथ हुआ तो बुरी आदतों का निर्माण होता है। जिन दिनों में इन आदतों का निर्माण होता है, उस समय उनकी अच्छाई और बुराई का ज्ञान कुछ नहीं होता और जिसकी आदतों का निर्माण होता है, वह उनको अच्छा ही समझकर अंगीकार करता है। परन्तु उनके परिणाम जब दूषित उसके सामने आते हैं और उनका उसे जब भोग करना पड़ता है, उस समय वह अपनी बुरी आदतों के लिए आँसू बहाता है।

आदतें दो प्रकार की होती हैं, जैसा कि पहले लिखा जा चुका है—अच्छी और बुरी। अच्छी आदतों के कारण मनुष्य का अपने जीवन में सुख, शान्ति, सम्मान और सौभाग्य प्राप्त होता है और बुरी आदतों के कारण दुख, अशान्ति और दुर्भाग्य प्राप्त होता है।

आदतें अच्छी हों अथवा बुरी, उनका निर्माण जीवन के आरम्भ में होता है और उस समय मनुष्य को उनकी अच्छाई बुराई का ज्ञान नहीं होता। इन दोनों प्रकार की आदतों के सम्बन्ध में हम आगामी परिच्छेदों में स्पष्ट रूप से अलग-अलग समझाने की कोशिश करेंगे।

चौथा परिच्छेद

आदतें—अच्छी और बुरी

पिछले पन्नों में लिखा जा चुका है कि हमारी आदतें दो प्रकार की हैं—अच्छी और बुरी। यह भी लिखा जा

ये आदतें किस प्रकार मनुष्य के जीवन में अपना घर बना लेती हैं। इसलिए अब किसी को यह सोचने की गुञ्जाइश नहीं रह जाती कि मनुष्य में आदतें अपने आप बन जाती हैं। यह जरूर है कि प्रायः आदतों के निर्माण के समय मनुष्य की अवस्था इस योग्य नहीं होती कि वह उनके परिणामों को जान सके।

अनुभव यह कहता है कि प्रायः मनुष्य के जीवन में बुरी आदतें अथवा अविचारपूर्ण आदतें पहले उत्पन्न और अच्छी आदतों की उत्पत्ति बाद में होती है। लेकिन ऐसा उसी अवस्था में होता है, जब मनुष्य अपने जीवन का निर्माण स्वयं करता है और माता-पिता तथा परिवार के गुरुजनों से अच्छी आदतों के निर्माण में उसे सहायता नहीं मिलती।

यह तो हुई आदतों के सम्बन्ध की एक साधारण कहानी। अब प्रश्न यह है कि हमें अपने जीवन में अच्छी आदतें डालना चाहिए और बुरी आदतों से क्यों दूर रहना चाहिए।

मनुष्य के जीवन के दो रास्ते

इसके सम्बन्ध में एक बात और है और वह बात प्रश्न को सुलझाने में बहुत-कुछ सहायता करती है। मनुष्य जीवन में आमतौर पर दो रास्ते होते हैं। एक [illegible] और दूसरा बुरा रास्ता। जीवन के अच्छे रास्ते में कोई [illegible] नहीं होता और जिनको उसका अनुभव नहीं होता, [illegible] बहुत कुछ रूखा और [illegible] रास्ता होता है, उसमें [illegible] पहले से [illegible] अच्छी [illegible]

की ओर ले जाने वाला होता है। इस सत्य के होते हुए भी अच्छी आदतों के मुकाबिले मे बुरी आदतों का प्रभाव इस लिए अधिक पड़ता है कि आरम्भ का मिठास आँखों के सामने रहता है और परिणाम की भयंकरता का न तो ज्ञान होता है और न प्रारम में उसका अनुभव ही हो सकता है। इसलिए बुरी आदतों का प्रभाव अधिक पड़ता है और जल्दी पड़ता है। इसलिए समझदार माता-पिता और संरक्षकों को बड़ी दूरदर्शिता से काम लेना चाहिए। अनुभव हीन अवस्था मे अच्छी आदतों के निर्माण का कार्य बहुत कुछ कठोर होता है, जैसा कि ऊपर लिखा जा चुका है।

बुरी आदतों का कोई साथी नहीं होता

इसके सम्बन्ध में एक छोटा-सा उदाहरण देना यहाँ आवश्यक मालूम होता है—

एक पन्द्रह-सोलह वर्ष का बालक जुआरियों के संसर्ग मे रहकर जुआ खेलने लगा। कई बार थोड़े से पैसों से उसने कुछ रुपये पैदा कर लिए। इस प्रलोभन मे उसकी आदत मजबूत होने लगी। उसके बाद वह अपने पास के सब रुपये जुआ मे हार गया है। दूसरों से कर्ज लेकर भी वह जुए में हारा। इसके बाद उसने अपने घर मे चोरी की और उसके बाद वह जुआ खेला।

उस बालक के पिता को जब मालूम हुआ तो उसने कठोर व्यवहार किया और उसने जुआ खेलने की आदत को रोकने की कोशिश की। लेकिन कोई प्रभाव न पड़ा और वह छिप-छिप कर बराबर जुआ खेला करता। पिता की कठोरता बढ़ती गयी और कुछ वर्षों के बाद पुत्र अपने पिता का श[illegible] [illegible]। उसके जुआरी साथियों ने उसकी सहायता [illegible]
अपने पिता से अलग होकर [illegible]

उस युवक का पिता साधारण पैसे वाला आदमी था और वह बालक अपने पिता का अकेला लड़का था। पिता के मरने पर वह उसकी सम्पत्ति का मालिक हुआ। उन दिनों में उसकी जुआ की आदत बहुत बढ़ गयी और पिता के मरने के छै-सात वर्षों के बाद वह सब कुछ खोकर गरीबी के दिन व्यतीत करने लगा। जुए की आदत के कारण उसका विवाह न हुआ था। माता-पिता के मर जाने के बाद, वह अपने परिवार में अकेला रह गया और पिता की सम्पत्ति को जुए में हार कर मरने के समय तक उसने भयानक गरीबी का जीवन व्यतीत किया। उसकी इस हालत को देखकर उसके बड़े-बूढ़े पड़ोसी उसकी निंदा किया करते थे। जीवन के अंतिम दिनों में उसने भयानक विपदाओं का सामना किया। उन दिनों में उसका कोई साथी न था और जिन जुआरियों ने उसको जुआरी बनाया था, उन्होंने भी उसका साथ छोड़ दिया था, इसलिए कि अब उसके पास सम्पत्ति न थी और वह स्वयं भूखों मरने लगा था।

बुरी आदतों का विरोध करने वाले

बुरी आदतों का यह परिणाम होता है, इसको पहले से कोई नहीं जानता। इस रास्ते से उसको रोकने वाले उसके माता-पिता उसके शत्रु हो गये थे और जिन लोगों ने उसमें जुआ की आदत डाली थी, वे सब उसके मित्र थे। उसके जीवन का अंत अत्यंत भयानक हुआ। एक ओर बुढ़ापा था और दूसरी ओर भीषण दरिद्रता थी।

बुरी आदतों के कारण जिनके पतन हुए हैं, ऐसे स्त्री-पुरुषों और युवक-युवतियों के सैकड़ों नहीं, हजारों उदाहरण यहाँ पर लिखे जा सकते हैं, लेकिन इसके लिए यहाँ पर स्थान नहीं है।

इसलिए इतना ही जान लेना काफी होगा कि बुरी आदतों का परिणाम नरक से भी भयानक होता है।

कुछ लोगों की धारणा है कि बुरी आदतों के पड़ने का कारण गरीबी होती है। उनका विश्वास है कि गरीबी के कारण गरीब लड़के बुरी आदतों में पड़ जाते हैं और गरीबी के ही कारण लड़कियाँ और स्त्रियाँ बुरे आदमियों के द्वारा नष्ट-भ्रष्ट होती हैं। लेकिन यह बात बहुत सत्य नहीं है। सही बात यह है कि विचार परिपक्व होने के पहले जिन लोगों को बुरी आदतें आकर्षित करती हैं, वे बुरे बन जाते हैं, ऐसे लोगों में गरीब भी होते हैं और अमीर भी, लड़के भी होते हैं और लड़कियाँ भी, पुरुष भी होते हैं और स्त्रियाँ भी। बुरी आदतों का एक आकर्षण होता है, जो अनुभव हीनता में और विचारों की कच्ची अवस्था में गंदे मार्गों की ओर ले जाता है।

सम्पत्ति की सुविधा बुरी आदतें पैदा करती है

मेरा अपना अनुभव है कि गरीब युवकों और युवतियों की अपेक्षा सुख और सुविधाओं में पले हुए लड़कों और लड़कियों पर बुरी आदतों का अधिक प्रभाव पड़ता है।

अच्छी और बुरी आदतों की आलोचना के साथ यहाँ पर यह भी जान लेने की आवश्यकता है कि अच्छी आदतें क्या हैं और बुरी आदतें क्या हैं। साधारण तौर पर लोग इतना ही जानते हैं कि चोरी करना, जुआ खेलना, और दूसरों के साथ विश्वासघात करना बुरी आदतों में शामिल है और ऐसा न करना अच्छी आदतों में माना जाता है। इन दोनों आदतों के सम्बन्ध में इतनी ही बातें नहीं हैं। बल्कि उनकी संख्या
है और कहना तो यह चाहिए ...
और बुरी आदतों से भरा

इन आदतों के सम्बन्ध में सही ज्ञान बहुत कम लोगों को होता है। अशिक्षित लोग तो इस ज्ञान से वंचित होते ही हैं, शिक्षितों में भी बहुत कम लोग ऐसे मिलेंगे, जिनको इस बात का ज्ञान हो कि हमारे जीवन में अच्छी आदतें क्या हैं और बुरी आदतें क्या हैं।

जब इन आदतों के सम्बन्ध में जानकारी की इतनी कमी की अवस्था है तो फिर किस प्रकार आशा की जाय कि एक माता पिता अपनी संतान में अच्छी आदतें पैदा करेंगे और एक साधारण मनुष्य अपने जीवन में अच्छी आदतों की सृष्टि कर सकेगा ?

अच्छी आदतों की परिभाषा

मनुष्य के जीवन में अच्छी आदतें क्या हैं और वे कितनी हैं, इसका निर्णय सर्व साधारण के लिए आसान नहीं है और [illegible] तथा [illegible] के लिए तो बहुत ही कठिन है। [illegible] संसार का और संसार के [illegible] आदमियों का [illegible]

इमको प्रसन्नता तथा अपने कल्याण की अनुभूति होती है, लेकिन दूसरों का अहित होता है, वे सब बुरी आदतें हैं।

अच्छी और बुरी आदतों की संक्षेप में किंतु सही परिभाषा तनी ही हो सकती है। इसको और भी स्पष्ट करने के पहले हम अपने पाठकों को यह भी बताना चाहते हैं कि प्रायः दूसरों का कल्याण करने के लिए हमे स्वयं कष्ट और नुकसान उठाना पड़ता है, मनुष्य की यह अच्छी और श्रेष्ठता से भरी हुई आदत है, इस प्रकार की आदत का मनुष्य, समाज में देवता की तरह पूजा जाता है। एक बहुत बड़ी विशेषता यह है कि दूसरों का हित और कल्याण करने वाला कभी दुखी और असंतुष्ट नहीं रहता और जो स्वार्थ में अंधा होकर दूसरों का अहित करता है, उसका कभी कल्याण नहीं हो सकता। प्रकृति का यह नियम है। इस नियम को समझ कर चलने से मनुष्य का कल्याण होता है। मनुष्य की अच्छी आदतों में नीचे लिखी हुई बातें मुख्य हैं—

अच्छी आदतें

कभी झूठ न बोलना चाहिए, ऐसा करने से कभी अपना भला नहीं होता और झूठ बोलने वाले का कभी कोई विश्वास नहीं करता।

जो बात मनुष्य कहे, उसे चाहिये कि वह उस बात को प्रत्येक अवस्था में पूरा करे। ऐसा करने से मनुष्य का सम्मान बढ़ता है।

दूसरों के साथ सदा सहानुभूति रखना चाहिए।

पीड़ित और दुखी स्त्री-पुरुषों की सदा

चाहिए। मनुष्य का यह सबसे बड़ा धर्म है।

उसको प्रसन्नता तथा अपने कल्याण की अनुभूति होती है, लेकिन दूसरों का अहित होता है, वे सब बुरी आदतें हैं।

अच्छी और बुरी आदतों की संक्षेप मे किंतु सही परिभाषा इतनी ही हो सकती है। इसको और भी स्पष्ट करने के पहले हम अपने पाठकों को यह भी बताना चाहते हैं कि प्रायः दूसरों का कल्याण करने के लिए हमें स्वयं कष्ट और नुकसान उठाना पड़ता है, मनुष्य की यह अच्छी और श्रेष्ठता से भरी हुई आदत है, इस प्रकार की आदत का मनुष्य, समाज में देवता की तरह पूजा जाता है। एक बहुत बड़ी विशेषता यह है कि दूसरों का हित और कल्याण करने वाला कभी दुखी और असंतुष्ट नहीं रहता और जो स्वार्थ मे अंधा होकर दूसरों का अहित करता है, उसका कभी कल्याण नहीं हो सकता। प्रकृति का यह नियम है। इस नियम को समझ कर चलने से मनुष्य का कल्याण होता है। मनुष्य की अच्छी आदतों मे नीचे लिखी हुई बातें मुख्य है—

अच्छी आदतें

कभी झूठ न बोलना चाहिए, ऐसा करने से कभी अपना भला नहीं होता और झूठ बोलने वाले का कभी कोई विश्वास नहीं करता।

जो बात मनुष्य कहे, उसे चाहिये कि वह उस बात को प्रत्येक अवस्था मे पूरा करे। ऐसा करने से मनुष्य का सम्मान बढ़ता है।

दूसरों के साथ सदा सहानुभूति रखना चाहिए।

पीड़ित और दुखी स्त्री-पुरुषों की सदा सहायता करना चाहिए। मनुष्य का यह सबसे बड़ा धर्म है।

जो आदमी दूसरों की भलाई करता है, उसकी सहायता भगवान करता है।

दूसरों से सहायता लेने की अपेक्षा, दूसरों की सहायता करना अधिक श्रेष्ठ है।

मनुष्य को चाहिए कि वह कभी दूसरों की बुराई की बात को न सोचे और न कभी ऐसा काम करे।

जो आदमी दूसरों को सुखी देखकर सुखी और दुखी देखकर दुखी होता है, वही अच्छा आदमी माना जाता है।

अपने से बड़ों का आदर करना और बराबर तथा अपने से छोटे लोगों के साथ प्रेम करना मनुष्य की अच्छी आदत है।

जो श्रेष्ठ पुरुष होते हैं, वे दूसरों को अपने से कभी छोटा नहीं समझते। अपने आपको श्रेष्ठ समझना अपनी क्षुद्रता का परिचय देना है।

कभी किसी बात को घटाकर और बढ़ाकर न कहना चाहिए। मनुष्य की यह एक अच्छी आदत है।

जीवन के आरम्भ से ही किसी भी घटना के सही बयान करने की आदत डालना चाहिए। इससे मनुष्य का सम्मान बढ़ता है और जो लोग किसी बात को घटा-बढ़ाकर प्रकट करते हैं, वे दूसरों की दृष्टि में बहुत गिर जाते हैं।

अपनी प्रसन्नता के समय भी दूसरों के दुख में शामिल होना मनुष्य के जीवन की श्रेष्ठता है।

अगर हमारे घर में बालक उत्पन्न हुआ है और किसी पड़ोसी के यहाँ किसी बच्चे की मृत्यु हुई है तो अपनी खुशी न मनाकर, पड़ोसी के दुख में शामिल होना और दुख का अनुभव करना प्रशंसनीय श्रेष्ठता है।

अपने मुँह से कभी अपनी प्रशंसा न करना चाहिए। जो स्वयं अपनी प्रशंसा करता है, वह आदमी अच्छा नहीं होता।

जो मनुष्य न तो स्वयं अपनी प्रशंसा करता है और न दूसरों से प्रशंसा सुनने की अभिलाषा रखता है, यह आदत उसके श्रेष्ठ पुरुष होने का परिचय देती है।

जो मनुष्य दूसरों का दुख सुनकर पीड़ित और दुखी नहीं होता, वह अच्छा आदमी नहीं है और उसके द्वारा कभी किसी का कल्याण नहीं हो सकता।

अपनी प्रशंसा को सुनकर मनुष्य को शांत और विनम्र हो जाना चाहिए।

जो मनुष्य जीवन की प्रत्येक सादगी पर विश्वास करता है और उसी के अनुसार आचरण करता है, वह एक दिन प्रसिद्ध पुरुष बनता है।

दूसरों की विपद पर रोना और दूसरों की खुशी मे खुशी मनाना श्रेष्ठ पुरुष होने का लक्षण है।

विपद के समय जो साहस और धैर्य से काम लेता है, और प्रसन्नता के समय शान्त तथा गम्भीर रहा करता है, वह मनुष्यों में श्रेष्ठ माना जाता है।

मनुष्य की ये सब अच्छी आदतें हैं। इन आदतों के द्वारा मनुष्य प्रशंसा पाता है और एक दिन श्रेष्ठ पुरुष बनता है।

इन अच्छी आदतों के विरुद्ध सभी बातें बुरी आदतों में शामिल हैं। जो अपने आपको अच्छा मनुष्य बनाना चाहता है, उसे चाहिए कि वह इन अच्छी आदतों को समझने की कोशिश करे। जो लोग संसार मे प्रशंसनीय और श्रेष्ठ हो गये हैं, उन सब मे इस प्रकार की अच्छी आदतें थीं और उनकी इन अच्छी आदतों ने ही उनको संसार मे यशस्वी बनाया है।

अच्छी आदतों का महत्व

छोटे बालकों से लेकर बूढ़े पुरुषों तक और ..

लेकर बूढ़ी स्त्रियों तक—सभी को इन अच्छी आदतों के सम्बन्ध में विचार करना चाहिए। यदि उनकी अभिलाषा यह है कि उनका सम्पूर्ण जीवन सुखी, सम्मानपूर्ण और श्रेष्ठ बने तो उनके सामने एक ही मार्ग है और वह यह कि वे अपने जीवन में अच्छी आदतों का निर्माण करें। हम आगे चलकर और भी स्पष्ट रूप से बतावेंगे कि कोई भी मनुष्य, चाहे वह शिक्षित हो अथवा अशिक्षित, विर्धन हो अथवा धनी, सुन्दर हो अथवा असुन्दर, स्त्री हो अथवा पुरुष, अपने जीवन में अच्छी आदतों का निर्माण करके दूसरों की प्रशंसा का अधिकारी कैसे बन सकता है और जिनकी आदतें बुरी हो गयी हैं, वे उनको बदल कर अच्छी आदत वाले कैसे बन सकते हैं।

जिनकी इस प्रकार की अभिलाषा हो, जो अपने जीवन को उज्वल और श्रेष्ठ बनाना चाहते हों; वे विश्वास पूर्वक अपने जीवन में अच्छी आदतों की रचना का कार्य करें और संसार के किसी भी कार्य एवम् व्यवसाय में रहकर जीवन की श्रेष्ठता प्राप्त करें।

जिनकी इस प्रकार की अभिलाषा नहीं है और जो इस बात का विश्वास रखते हैं कि जो कुछ होता है, भाग्य से होता है, वे कुछ न करें और एक दिन अपने दुर्भाग्य पर बैठकर आँसू बहावें।

नवयुवकों को आँखें खोलकर अपने जीवन की तरफ देखना चाहिए। जो चाहते हैं कि उनका जीवन सुन्दर और सुखमय बने, प्रत्येक अवस्था में उन्हें बार-बार इस बात पर विश्वास करने की आवश्यकता है कि उनके जीवन को शुद्ध और सुखमय बनाने के लिए यही एक रास्ता है कि वे अच्छे पुरुषों की ओर देखें और उनके जीवन की प्रत्येक बात का अध्ययन करके अच्छी आदतों

के निर्माण की शिक्षा प्राप्त करें। उनके लिए यह जरूरी है— बहुत जरूरी है!

प्रत्येक मनुष्य जीवन का सुख उठाने के लिए अपने व्यवहारों में अच्छी आदतों का निर्माण करें। उसके लिए उसके जीवन में इससे अच्छी कोई दूसरी बात नहीं हो सकती है।

पाँचवाँ परिच्छेद

अच्छी आदतों की देन

आदतों के सम्बन्ध में बहुत-सी बातें पिछले परिच्छेदों में हम दे चुके हैं और दोनों प्रकार की आदतों की अच्छाई और बुराई पर प्रकाश डाला जा चुका है। लेकिन उसको हमारे पाठकों ने हमारे शब्दों में अभी तक केवल पढ़ा है। इतना ही काफी नहीं है। इन अच्छी और बुरी आदतों का हमारे जीवन में क्या प्रभाव पड़ता है, और उनके द्वारा मनुष्य का क्या लाभ और क्या नुकसान होता है, इसको अपने नेत्रों से देखने की आवश्यकता है। इसी के उद्देश्य की पूर्ति के लिए नीचे की कुछ बातें लिखी जायँगी।

पहले लिखा गया है कि अच्छी आदतों से मनुष्य के सुख-सौभाग्य का निर्माण होता है। यह बात कहाँ तक सत्य है, इसको आँखों से देखने की जरूरत है। आपके टोला, पड़ोस, ग्राम अथवा मोहाल में कोई प्रसिद्ध आदमी रहता है। वह सम्पत्तिवान है। लोगों में उसके लिए आदर है। [illegible]
चारी और अधिकारी उसकी

प्राप्त करने से अथवा व्यवसाय में बहुत-सा धन एकत्रित कर लेने से सुखी और यशस्वी नहीं हुआ करता। यह सुख और सम्मान मनुष्य को केवल उसकी अच्छी आदतों से प्राप्त होता है।

किस प्रकार के व्यक्ति श्रेष्ठ बनते हैं ?

यदि हम आँखें खोलकर देखें तो सैकड़ों और हजारों आदमियों के बीच एक मनुष्य केवल इसलिए श्रेष्ठ माना जाता है कि वह स्वयं मुसीबतों का सामना करके दूसरों की विपद में काम आता है। कोई भी मनुष्य सभी लोगों में इसलिए सम्मानित होता है कि वह अपने और पराये में किसी प्रकार का भेद नहीं मानता और सदा दूसरों के साथ सहानुभूति के साथ व्यवहार करता है।

जिसने अपने बालक और दूसरे के बालक में कभी कोई अन्तर नहीं समझा, जिसने दूसरों की सहायता करने के लिए अनेक प्रकार की कठिनाइयों का मुकाबिला किया और जिसने दूसरे की विपदाओं में सहायता करने के लिए अपने स्वार्थों का दमन किया, उसको सुख-सम्मान और यश मिलने में किसको सन्देह हो सकता है ?

क्या इस प्रकार की ये सभी बातें हमें इस बात की शिक्षा नहीं देतीं कि अच्छी आदतें मनुष्य को देवता बनाने का काम करती हैं ? स्वार्थ परायणता मनुष्य को नीच और त्याग की भावना मनुष्य को ऊँचा पद प्रदान करती है। इस सत्य को समझने के लिए हमें उन ऐतिहासिक पुरुषों की तरफ आँखें खोलकर देखना चाहिए, जिनके जीवन में अच्छी और बुरी—दोनों प्रकार की आदतें हमको साफ साफ दिखायी देती हैं।

कोई भी हिन्दू राम और कृष्ण के नाम से अपरिचित नहीं

संस्कृत में सुन्दर ग्रन्थों की रचना की थी। जिनका अध्ययन आज भी हिन्दू परिवारों मे आदर के साथ होता है।

सोलहवीं शताब्दी के अंतिम दिनों में मोहम्मद गोरी के साथ पृथ्वीराज का भयानक युद्ध हुआ था। उन दिनों में विशाल कन्नौज का राज्य जयचन्द के अधिकार मे था। जयचन्द और पृथ्वीराज का आपसी झगड़ा था। जयचन्द ने पृथ्वीराज से बदला लेने के लिए भारत में मोहम्मद गोरी को बुलाकर और पृथ्वीराज पर आक्रमण करने के लिए उकसा कर भयानक देश-द्रोह का अपराध किया था। उसके फल स्वरूप दिल्ली का पतन हुआ था। जयचन्द अपने इस देशद्रोह के अपराध के लिए आज भी अपमानित होता है और भविष्य में कभी भी उसके नाम पर लगने वाला यह कलंक मिट न सकेगा।

जयचन्द मे यदि देशद्रोह करने की बुरी आदत न होती तो भारतवर्ष के इतिहास मे उसके नाम पर यह कालिमा नहीं आती। जयचन्द को मरे हुए अनेक शताब्दियाँ बीत चुकी हैं। परन्तु उसके नाम का कलंक आज भी इस देश के इतिहास में अमिट है।

हमारे इतिहास मे और भी ऐसे बहुत से उदाहरण हैं, जिनसे अच्छी और बुरी आदतों की शिक्षा हमे आज भी मिलती है। स्थानाभाव के कारण उन घटनाओं को स्पष्ट रूप से और विस्तार के साथ यहाँ पर नहीं लिखा जा सकता। इसलिए उन सब के सम्बन्ध मे संक्षेप मे इतना ही लिखना हम काफी समझेंगे कि भारत मे ईस्ट इण्डिया कम्पनी के आने पर और अङ्गरेजी सेनाओं के भारतीय राजाओं और नवाबों पर आक्रमण करने पर न जाने कितने इस देश के हिन्दू और मुसलमानों ने अङ्गरेजों का साथ देकर अपनी मातृभूमि के प्रति देशद्रोह का अपराध किया था।

त सीखी थी और ऐसे लोगों ने देश के स्वतंत्र होते-होते जो
ानपूर्ण शासन में अधिकार प्राप्त किये हैं, वे हम सब से
नहीं हैं। अच्छी आदतों के इनसे और अच्छे उदाहरण देने
ावश्यकता नहीं है।

देश की इस पराधीनता के दिनों मे अपनी बुरी आदतों के
ा जिन लोगों ने बुरे काम किये थे, देश की स्वतंत्रता के
साथ उनके अस्तित्वों का विनाश हुआ, यह भी हम लोगों
ओं से छिपा नहीं है। इस देश में जमींदारों की एक बड़ी
ख्या थी और उनमे से प्रत्येक जमीदार अपनी अत्याचार पूर्ण
री आदतों के लिए बदनाम था। देश की आजादी के साथ-
ाथ देश के नेताओं ने इन बुरी आदत वाले जमीदारों का अन्त
ाया। बुरी आदतों के ये दुष्परिणाम भी हमारे नेत्रों के
ामने हैं।

किसी भी मनुष्य का कल्याण इसमे है कि वह अच्छी
ादतें सीखे और बुरी आदतों से एवम् बुरी आदतों के मनुष्यों
घृणा करे ऐसा करना व्यक्तिगत जीवन के लिए अच्छा होता
और इसी प्रकार के स्त्री-पुरुषों से किसी भी जाति, समाज
ौर राष्ट्र का कल्याण होता है। देश का हित इसी मे है कि
ासमें ऐसे लोगों की संख्या अधिक हो, जो अच्छी आदतें
खते हैं। अच्छी आदतों से ही मनुष्य के चरित्र का निर्माण
ोता है। चरित्रवान व्यक्ति ही अपने देश के रत्न होते हैं।

हमें अच्छी आदतों का निर्माण क्यों करना चाहिए ?

अपने जीवन को उन्नत, सुखी और सम्पन्न बनाने के लिए
हमें अपने जीवन में अच्छी आदतें पैदा करना चाहिए। प्रत्येक
मनुष्य अपने आपको सौभाग्यशाली बनाना चाहता है। इसके
लिए मुझसे कोई पूछे कि कोई भी व्यक्ति अपने साधारण जीवन

बुरी आदतों के उदाहरण

इस प्रकार न जाने कितने ऐतिहासिक उदाहरणों में हमको अच्छी और बुरी आदतों के नतीजे पढ़ने को मिलते हैं। उनकी बुरी आदतों के कारण न केवल उनका सर्वनाश हुआ था, बल्कि पूरी दो शताब्दियों के लिए इस देश को पराधीनता की बेड़ियाँ पहनने को मिली थीं।

बुरी आदतों के परिणाम भयानक होते हैं। परन्तु मनुष्य उनके दुष्परिणामों की ओर से अपनी आँखें बन्द कर लेता है। जयचन्द का उदाहरण ऊपर दिया जा चुका है। अपनी बुरी आदत के कारण ही उसने देशद्रोह किया था और उसके देशद्रोह के कारण न केवल पृथ्वीराज का पतन हुआ था, बल्कि मोहम्मद गोरी ने पृथ्वीराज का अन्त करके जयचन्द का सर्वनाश किया था। बुरी आदतों का यह दुष्परिणाम आज हम सब के सामने है। परन्तु हममें से कितने आदमी अपने जीवन से इन बुरी आदतों को दूर भगाने की चेष्टा करते हैं ?

इस प्रकार की आदतों के सैकड़ों और हजारों उदाहरण आज जीवित हमारी आँखों के सामने हैं। पिछले पृष्ठों में अच्छी आदतें अलग-अलग बतायी गयी हैं। उन अच्छी आदतों के कारण हम न जाने कितने आदमियों को सम्मान पूर्ण जीवन व्यतीत करते हुए देखते हैं और न जाने कितने मनुष्यों का सर्वनाश हमने अपने नेत्रों से देखा है।

जीवन में अच्छी आदतें

त्याग और बलिदान की आदत मनुष्य के जीवन में सर्वोत्तम ...त है। महात्मा गाँधी की शिक्षाओं से प्रेरणा पाकर ए... संख्या में इस देश के लोगों ने त्याग और बलिदान की

दत सीखी थी और ऐसे लोगों ने देश के स्वतंत्र होते-होते जो मानपूर्ण शासन में अधिकार प्राप्त किये हैं, वे हम सब से े नहीं हैं। अच्छी आदतों के इनसे और अच्छे उदाहरण देने आवश्यकता नहीं है।

देश की इस पराधीनता के दिनों में अपनी बुरी आदतों के रण जिन लोगों ने बुरे काम किये थे, देश की स्वतंत्रता के थ-साथ उनके अस्तित्वों का विनाश हुआ, यह भी हम लोगों नेत्रों से छिपा नहीं है। इस देश में जमीदारों की एक बड़ी ख्या थी और उनमें से प्रत्येक जमीदार अपनी अत्याचार पूर्ण री आदतों के लिए बदनाम था। देश की आजादी के साथ-थ देश के नेताओं ने इन बुरी आदत वाले जमीदारों का अन्त या। बुरी आदतों के ये दुष्परिणाम भी हमारे नेत्रों के ामने हैं।

किसी भी मनुष्य का कल्याण इसमें है कि वह अच्छी ादतें सीखे और बुरी आदतों से एवम् बुरी आदतों के मनुष्यों । घृणा करे ऐसा करना व्यक्तिगत जीवन के लिए अच्छा होता ! और इसी प्रकार के स्त्री-पुरुषों से किसी भी जाति, समाज और राष्ट्र का कल्याण होता है। देश का हित इसी में है कि ासमें ऐसे लोगों की संख्या अधिक हो, जो अच्छी आदतें खते हैं। अच्छी आदतों से ही मनुष्य के चरित्र का निर्माण ोता है। चरित्रवान व्यक्ति ही अपने देश के रत्न होते हैं।

हमें अच्छी आदतों का निर्माण क्यों करना चाहिए ?

अपने जीवन को उन्नत, सुखी और सम्पन्न बनाने के लिए हमें अपने जीवन में अच्छी आदतें पैदा करना चाहिए। प्रत्येक मनुष्य अपने आपको सौभाग्यशाली बनाना चाहता है। इसके लिए मुझसे कोई पूछे कि कोई भी व्यक्ति अपने साधारण जीवन

में भी सौभाग्यशाली कैसे बन सकता है तो मैं उत्तर दूँगा
अच्छी आदतों के अपनाने से। अच्छी आदतों के अभाव
अथवा बुरी आदतों को लेकर कोई भी मनुष्य सुखी और
सौभाग्यशील नहीं बन सकता।

लड़कियों और स्त्रियों के लिए तो किसी भी अवस्था में यह
अनिवार्य आवश्यक है कि उनकी आदतें अच्छी हों। अच्छी
अच्छी आदतों के कारण ही वे माता-पिता के घर से लेकर पति
के घर तक वे घर की शोभा मानी जाती हैं और जिन लड़
कियों तथा स्त्रियों में अच्छी आदतें नहीं होतीं, उनके द्वारा
उनके दोनों घर अशान्त बन जाते हैं। लड़कियों और स्त्रियों
चरित्रों की आलोचना करते हुए मैं तो अपनी छाती पर हाथ
रख कर यही कह सकता हूँ—"भगवान न करे किसी घर में
ऐसी लड़की उत्पन्न हो अथवा किसी घर में किसी स्त्री का प्रवेश
हो, जिसमें अच्छी आदतों का अभाव हो?

मनुष्य का अच्छा जीवन कैसे बन सकता है, इस प्रश्न
उत्तर में एक ही बात कही जा सकती है और यह कि अच्छी
आदतों से बालकों से लेकर बूढ़ों तक और लड़कियों से लेकर
स्त्रियों तक सभी को अपने जीवन की प्रत्येक अवस्था में अच्छी
आदतें इसलिए सीखना चाहिए कि उनको अपने सुख और
सौभाग्य का स्वयं निर्माण करना है।

मैं बार-बार इस बात को कहूँगा कि प्रत्येक स्त्री-पुरुष
अपने जीवन में सुख और सम्मान पाने की एक जोरदार अभि
लाषा होती है और अच्छी आदतों के अभाव में उनकी वह
भिलाषा कभी पूरी नहीं हो सकती।

बुरी आदतों का प्रलोभन

बहुत-से लोग—चाहे वह स्त्री हो अथवा पुरुष—

ादतों में इसलिए पड़ जाते हैं कि उनके द्वारा वे अपनी कुछ
च्छाइयों की पूर्ति का विश्वास करते हैं। एक मनुष्य चोरी
सलिए करता है कि उसके द्वारा वह अनायास बिना किसी बड़े
रिश्रम के बहुत-सा धन एक साथ पा जाने की उम्मीद
रता है। एक आदमी जुआ खेलता है और उस जुए के द्वारा
ह बिना किसी व्यवसाय के दूसरों की सम्पत्ति पा जाने की
ाशा करता है। इसी प्रकार बहुत सी बुरी आदतें हैं,
नका आश्रय उसने अपनी किसी न किसी आशा के लिए
वीकार किया है। उसे यदि इस बात का विश्वास हो जाय
कि मनुष्य के जीवन की ये आदतें बुरी हैं और इनके द्वारा
नुष्य कभी भी सुख और शान्ति नहीं प्राप्त कर सकता तो वह
अपनी इस प्रकार की बुरी आदतों को तुरन्त छोड़ दे।

यहाँ पर मैं कुछ उदाहरण देकर यह बताने की कोशिश
करूँगा कि अच्छी आदतों के द्वारा मनुष्य का किस प्रकार
ल्याण होता है और बुरी आदतों के द्वारा किस प्रकार उसका
सर्वनाश होता है। किसी भी मनुष्य को बुरी आदतों से
जो प्रेम हो जाता है, उसका कारण केवल यह है कि उसने उनके
सम्बन्ध में गलत समझ रखा है। यदि उनके बुरे परिणाम
मनुष्य को समझाये जा सकें तो कोई भी मनुष्य अपने जीवन में
बुरी आदतों को स्थान नहीं दे सकता।

बुरी आदतों में एक प्रकार का आकर्षण होता है। मनुष्य,
ज्ञान न होने के कारण उसका शिकार हो जाता है और फिर
पीछे पछताता है। इन बुरी आदतों का आकर्षण किस प्रकार
होता है, उस पर यहाँ एक छोटा-सा उदाहरण देना आवश्यक
मालूम होता है—

एक आदमी नौकरी पाने के उद्देश्य से अपने गाँव से चला
और किसी एक बड़े शहर में पहुँच गया। वहाँ वह अपने लिए

द भी उसे वह आदमी वहां पर न मिला। वह शाम तक वहाँ मौजूद रहा और बड़ी घबराहट के साथ उसको खोजता रहा। अन्त मे उसने कारखाने के आदमियों से बातें कीं। उस समय से मालूम हुआ कि वह आदमी कोई धोखेबाज था जो, उससे चीस रुपये लेकर चला गया। फिर उसको उस आदमी का पता न चला।

इस घटना के कारण देहात का वह आदमी बड़े सङ्कट मे पड़ गया। अब उसके पास अधिक दिनों तक शहर में रहकर नौकरी ढूढ़ने के लिए खर्च भी न रह गया था।

बुरी आदतों में इस प्रकार के कुछ आकर्षण होते हैं। जो एक सीधे-सादे आदमी को सहज ही अपनी ओर आकर्षित कर लेते हैं और अन्त मे अनेक परिणाम इस प्रकार के भयानक हुआ करते हैं।

बुरी आदतों से कभी कोई सुखी नहीं होता

बुरी आदतों में पड़ने के बाद संसार में कभी कोई आदमी जीवन की सुविधायें और सम्पदायें प्राप्त कर सका है, इसका एक भी उदाहरण नहीं मिल सकता। इतना सब होने पर भी मनुष्य जब एक बार कभी किसी बुरी आदत में पड़ जाता है तो जीवन-भर भयानक दुखों का सामना करता है और फिर वह आसानी के साथ उससे निकल नहीं पाता।

अच्छी आदतें आरम्भ में प्रायः कठोर और भयानक मालूम होती हैं, परन्तु उनके परिणाम अत्यन्त मधुर और सौभाग्यपूर्ण होते हैं। इसके सम्बन्ध में दो छोटे उदाहरणों का देना यहाँ पर जरूरी मालूम होता है—

इलाहाबाद शहर की बात है। गरमी के दिन थे। मैं साबुन खरीदने के लिए चौक गया और एक दूकान पर खड़े

मैंने साबुन लेना चाहा, वह दूकान इस प्रकार की सभी चीज़ों के लिए बहुत बड़ी और मशहूर थी। शायद इसीलिए उस दूकान पर सभी प्रकार के लोगों की बहुत भीड़ रहा करती थी। दूकान का मालिक एक बूढ़ा मुसलमान था। वह सफेद कपड़े पहने था और बुढ़ापे में भी वह बड़ा सुन्दर मालूम होता था।

भीड़ के कारण मुझे बहुत देर तक उस जगह खड़ा रहना पड़ा। उसके दाहिने और बायें अनेक दूकानें उस प्रकार की थीं, उनमें कोई भीड़ न थी। मैं खड़ा हुआ सोच रहा था कि लोग दूसरी दूकानों पर जाकर अपना सौदा क्यों नहीं लेते और यहाँ पर बड़ी-बड़ी देर तक खड़े रहकर अपना समय क्यों बरबाद करते हैं। इसी समय मैंने देखा कि मेरी बगल में खड़े हुए एक आदमी ने पाँच आने की एक चीज खरीदी और पैसे अदा करने के लिए उसने एक रुपया उस बूढ़े दूकानदार के हाथ में दिया। उस दूकानदार ने उस रुपये को देखा। मैं बहुत नजदीक खड़ा था। मैंने भी उस रुपये पर दृष्टि डाली। रुपया बिलकुल खराब काँसे का था। दूकानदार ने रुपये को अपनी सन्दूक में रख लिया और ग्यारह आने पैसे खरीदार के हाथ में दे दिये। पैसे लेकर वह आदमी वहाँ से चला गया।

मैं अपने स्थान पर अब भी खड़ा था। साबुन माँगना भूलकर मैं यह सोचने लगा कि दूकानदार ने क्या समझा नहीं कि रुपया खराब है! और अगर समझा था तो उसने उसे रख कर ग्यारह आने पैसे क्यों दे दिये? मैं बड़ी देर तक खड़ा रहा। अपने प्रश्न को मैं सुलझा न सका। भीड़ के कारण दूकानदार से बातें करने का मुझे मौका न मिला। मैं साबुन लेकर वहाँ से चला गया।

एक-एक करके कई दिन बीत गये। उस खराब रुपये की बात को मैं भूल न सका। कई दिन मैं चौक मे उस दूकान के

सलिए गया कि उस विषय में मैं दूकानदार से बातें करूँगा। लेकिन दुकानदार को मैंने रोजाना एक बड़ी भीड़ से घिरा हुआ पाया। मुझे उससे बातें करने का मौका न मिला।

धीरे-धीरे लगभग दो महीने के दिन बीत गये। एक दिन इलाहाबाद से कानपुर आने के लिए मैं एक एक्सप्रेस गाड़ी में जाकर बैठा। गाड़ी के छूटने में कुछ देर थी। उसी समय मेरे डिब्बे में चौक का वह बूढ़ा दुकानदार प्रवेश करता हुआ दिखायी पड़ा। उसे देखते ही मैं बहुत प्रसन्न हुआ और उसे बुलाकर मैंने उसे अपने पास स्थान दिया। गाड़ी के छूटने के बाद मैंने उसकी ओर देखा और आदर पूर्वक मुस्कराते हुए मैंने कहा—

"आपकी शायद यहाँ चौक में दुकान है?"

उसने बड़ी नम्रता के साथ उत्तर दिया—"जी हाँ, क्या दुकान से आपको कोई शिकायत है?"

मैंने मुस्कराते हुए कहा—"जी नहीं।"

"क्या कभी कोई खराब चीज आपको मिल गयी है?"

"जी नहीं।"

"तो क्या किसी चीज में आपसे अधिक दाम ले लिए गये हैं?"

"जी नहीं।"

"तब क्या बात है?"

मैंने उसकी शिष्टता से गद्‌गद् होकर कहा—"मैं आपसे कुछ पूछना चाहता हूँ।"

"क्या?"

मैंने उस दिन के खराब रुपये की घटना का जिक्र किया और कहा—"मैं आपके निकट खड़ा था, मैंने देखा था कि रुपया खराब है और काँसे का है। आपने उसे देखा

में बहुत गरीब माँ-बाप का लड़का हूँ। अपनी उन्नीस वर्ष
य में मैंने दस रुपये से इस दूकान का काम आरम्भ किया
अल्लाह का शुक्र है कि मेरी उस दूकान में आज पचास-
हजार रुपये का माल रहता है। जो दूसरों के साथ नेकी
है, अल्लाह ताला की तरफ से उसको कभी कोई कमी
रहती।"

ह कहकर वह चुप हो गया। मैं अब भी उसकी तरफ
रहा था। उसके बाद बहुत देर तक उसके साथ मेरी बातें
रहीं। उसे देहली जाना था। कानपुर का स्टेशन आने पर
उसे श्रद्धा के साथ सलाम किया और गाड़ी से उतर पड़ा।
बाद मेरी भेंट फिर कभी नहीं हो सकी। लेकिन दूसरों के
नेकी करने का जो परिणाम होता है, उसका वह स्वयं एक
त प्रकाश था, जिसे मैं कभी भूल न सकूँगा।

इस प्रकार के सैकड़ों और सहस्रों उदाहरण हैं जो अच्छी
बुरी आदतों का स्पष्ट परिचय देते हैं। लेकिन स्थान के
व में उनके उल्लेख यहाँ पर नहीं किये जा सकते। फिर भी
कुछ लिखा गया है, उसके पढ़ने से एक अमिट छाप हमारे
ों में यह पड़ती है कि अच्छी आदतों और बुरी आदतों का
णाम क्या होता है।

छठा परिच्छेद

अच्छी आदतों का प्रभाव

अच्छे आदमी बनने के लिए अच्छी आदतों की जरूरत
ोती है और किसी भी अच्छे कार्य में सफल होने के

छोटी अवस्था मे बच्चे जो कुछ करते हैं, उनके द्वारा उनके जीवन में आदतों का निर्माण उसी प्रकार होता है, जिस प्रकार चलने वालों के द्वारा जंगलों में मार्ग बन जाता है और कुओं पर पानी भरते-भरते मोटी लकड़ी पर अथवा पत्थर पर रस्सी के आने जाने का रास्ता बन जाता है।

छोटे बच्चों की बहुत सी आदतों को हम बुरा समझते हैं, लेकिन आम तौर पर स्त्री-पुरुषों का विश्वास यह रहता है कि बड़े होने पर बच्चों की ये आदतें अपने-आप छूट जायँगी। इस प्रकार का झूठा विश्वास माता-पिता का अथवा बड़े-बूढ़ों का उनको स्वयं अंधकार मे रखता है और उसके द्वारा बच्चों में बुरी आदतों का निर्माण करता है।

शिशुओं मे गलत आदतें

यदि छोटे बच्चों के जीवन मे आरम्भ से ही सतर्क रहा जाये और उनमे बुरी आदतों की छाप न पड़ने पाये तो अधिक अंशों मे मनुष्य का जीवन बुरी आदतों से सुरक्षित रह सकता है। परन्तु यह सब उसी अवस्था मे सम्भव है जब माता-पिता और गुरुजनों को उनका स्वयं ज्ञान हो। लेकिन हमारे समाज में मनुष्यों की अभी इतनी उन्नत अवस्था नहीं है कि वे इन आदतों के इस मूल तथ्य को जान सकें और अपनी संतान में वे बुरी आदतों के निर्माण को रोक सकें। छोटे बच्चों में बुरी आदतों का निर्माण कैसे होता है, इस पर नीचे की पंक्तियों में कुछ बातों का संकेत करना आवश्यक है—

१—बच्चे अपनी बहुत छोटी अवस्था से ही चीजों के पटकने, तोड़ने और बरबाद करने की ओर आकर्षित होते हैं। उनके द्वारा इन होने वाली हानियों को माता-पिता और घर के लोग देखते है। लेकिन प्यार के कारण उस होने वाली हानि को वे

आसानी के साथ बरदाश्त कर लेते हैं। इस प्रकार बच्चों के द्वारा जो चीजें टूटती और बिगड़ती रहती हैं, उनको यदि समझते या कार्य किया जाय तो होने वाला नुकसान कभी-कभी बहुत लम्बा हो जाता है। और इस लम्बी हानिको न केवल सम्पन्न माता पिता बल्कि निर्धन माता-पिता भी बिना किसी विशेष कष्ट के सहन करते हैं और केवल प्यार के कारण उनको कोई विशेष कष्ट नहीं होता।

बचपन की आदतों का प्रभाव

जिन स्त्री-पुरुषों को इन बातों का अधिक ज्ञान नहीं है, वे नहीं समझ सकते कि ऐसा करने से उन छोटे शिशुओं में बुरी आदतों का किस प्रकार निर्माण होता है। उस सत्य को समझाने के लिए हम विस्तार में यहाँ पर नहीं जा सकते। इसलिए इतना ही लिखना काफी होगा कि आज वे बालक इस प्रकार का नुकसान करके अपने जीवन का मनोरंजन और सन्तोष प्राप्त करते हैं और उनके द्वारा जो उनमें बुरी आदतों का निर्माण होता है, उनके कारण बड़े होने पर और अपने पराये का ज्ञान होने पर वे दूसरों को क्षति पहुँचा कर जीवन का मनोरंजन करते हैं। प्रत्येक कार्य किसी भी अवस्था में मनुष्य का केवल खेल होता है। अन्तर केवल इतना होता है कि छोटे बच्चों के कार्यों को हम उनके खेलों के नाम से सम्बोधन करते हैं और बड़ी अवस्था में हम उनको कार्य कहने लगते हैं। इसके सिवा उन दोनों अवस्थाओं के कामों में कोई अन्तर नहीं है। छोटे बच्चे जिन खेलों को आरम्भ करते हैं, बड़े होने पर मरने के समय तक उनके उन खेलों का क्रम बराबर जारी रहता है। केवल उनके नामों में परिवर्तन हो जाता है।

२—एक माता-पिता के अथवा एक ही घर में कई-कई बच्चे

होते हैं। उनकी अवस्थाओं में प्रायः थोड़ा सा अन्तर रहा करता है। एक बालक दूसरे बालक की चीज को जबरदस्ती लेने की चेष्टा करता है। इस प्रकार के मौकों पर दो बालकों में झगड़ा होता है। उस समय माता-पिता या गुरुजन एक बालक से दूसरे बालक को चीज दिलाने में इस बात का ख्याल कभी नहीं करते कि न्याय और ईमानदारी के नाम पर एक बालक को दूसरे बालक की चीज कब लेना चाहिए और कब न लेना चाहिए। न तो घर के गुरुजनों को इस बात का ज्ञान होता है और न वे इस बेईमानी की पड़ने वाली नीव को रोक ही सकते हैं। होता यह है कि इसी आयु मे दूसरे की सम्पत्ति और कोई भी वस्तु जबरदस्ती छीन कर अपने अधिकार में कर लेने की एक बुरी आदत पड़ जाती है।

३—बच्चों में हठ करने की और किसी चीज को पा जाने की आदत का निर्माण भी इसी प्रकार होता है। उस समय उनको इस बात का ज्ञान नहीं होता कि हमे वह चीज लेना चाहिए कि नहीं। उनके रोने, चिल्लाने और हठ करने पर उनको वह चीज दे दी जाती है। इसका परिणाम यह होता है कि उनमें एक सही भावना का उदय नहीं होने पाता और उनके मनोभावों में एक ऐसी आदत का निर्माण होने लगता है कि जैसे भी हो सके, हमें वह चीज प्राप्त हो जानी चाहिए। छोटे बच्चों के जीवन की यह परिस्थिति बुरी आदत का निर्माण करती है और उस आयु से आरम्भ होकर जीवन के अंतिम दिनों तक वह मजबूत होती चली जाती है।

बच्चों के सुकुमार मनोभावों पर उसी आयु में अच्छी आदतों की रेखाओं के चित्रांकित होने चाहिए। एक बार भी उनके अनधिकार की चेष्टा सफल न होने देना चाहिए। यदि सावधानी से काम लिया जाय तो उसी आयु में

ते हैं। उनकी अवस्थाओं में प्रायः थोड़ा सा अन्तर रहा करता
। एक बालक दूसरे बालक की चीज को जबरदस्ती लेने की
टा करता है। इस प्रकार के मौकों पर दो बालकों में झगड़ा
ता है। उस समय माता-पिता या गुरुजन एक बालक से दूसरे
लक को चीज दिलाने में इस बात का ख्याल कभी नहीं करते
न्याय और ईमानदारी के नाम पर एक बालक को दूसरे
लक की चीज कब लेना चाहिए और कब न लेना चाहिए। न
घर के गुरुजनों को इस बात का ज्ञान होता है और न वे
स बेईमानी की पड़ने वाली नींव को रोक ही सकते हैं। होता
ह है कि इसी आयु में दूसरे की सम्पत्ति और कोई भी वस्तु
बरदस्ती छीन कर अपने अधिकार में कर लेने की एक बुरी
आदत पड़ जाती है।

२—बच्चों में हठ करने की और किसी चीज को पा जाने की
आदत का निर्माण भी इसी प्रकार होता है। उस समय उनको
स बात का ज्ञान नहीं होता कि हमें यह चीज लेना चाहिए कि
हीं। उनके रोने, चिल्लाने और हठ करने पर उनको वह चीज
दी जाती है। इसका परिणाम यह होता है कि उनमें एक
ी भावना का उदय नहीं होने पाता और उनके मनोभावों में
क ऐसी आदत का निर्माण होने लगता है कि जैसे भी हो सके,
 यह चीज प्राप्त हो जानी चाहिए। छोटे बच्चों के जीवन की
र परिस्थिति बुरी आदत का निर्माण करती है और उस आयु
 आरम्भ होकर जीवन के अंतिम दिनों तक वह मजबूत होती
ली जाती है।

बच्चों के सुकुमार मनोभावों पर उसी आयु में अच्छी आदतों
ी रेखाओं के चित्रांकित होने चाहिए। एक बार भी उनके
अनधिकार की चेष्टा सफल न होने देना चाहिए। यदि इस
सावधानी से काम लिया जाय तो उसी आयु में अनधिकारों की

ठ बोलना, विश्वासघात करना, दूसरे की वस्तु का अपहरण ना, चोरी करना, दूसरे को क्षति पहुंचाना, किसी के साथ न्याय करना इत्यादि बुरी बातों की नसीहत माता-पिता और बूढ़ों से मिला करती है। किस प्रकार मिला करती है, नको समझ में यह बात न आती हो, उनको हम समझाने का त्न करेंगे।

आदतों के निर्माण में माता पिता की भूलें

इन बातों को आगे समझने के पहले इस पर विश्वास करने आवश्यकता है कि सुकुमार शिशुओं के हृदयों पर जिस कार की आदतों की रेखायें एक बार अंकित हो जाती हैं, नका मिटाना और उनमें सुधार करना उनके बड़े होने पर बहुत कुछ कठिन हो जाता है। छोटे शिशुओं को अपने माता-पिताओं से किस प्रकार बुरी आदतों की शिक्षा मिलती है, इसके लिए नीचे लिखी जाने वाली कुछ बातें काफी होंगी —

१—छोटे बच्चों को कहीं जाने से रोकने में अथवा उनके हाथों से किसी चीज को लेने के लिए उनसे दिन-भर झूठी बातें की जाती हैं। वहाँ न जाओ, वहाँ जूज बैठा है, देखो बन्दर बोल रहा है, यह चीज बिल्ली ले गयी है। न तो कहीं बन्दर होता है और न कहीं बिल्ली होती है। जिनको जीवन का ज्ञान नहीं है, वे नहीं समझ सकते कि इस प्रकार की बातें करने से झूठ बोलने की बुरी आदत किस प्रकार बच्चों में पड़ती है।

२—बच्चों के हाथ की कोई चीज जब नहीं मिलती तो माता-पिता और गुरुजन स्वयं उसके अधिकार से उस चीज की चोरी करते हैं और फिर उसके बाद उसको धोखा देने और बहकाने तथा फुसलाने का काम करते हैं। बारह-चौदह महीने

का बालक मुँह से कुछ कह नहीं पाता। परन्तु वह इस बात को स्पष्ट समझता है कि इस चीज की चोरी की गयी है और उसके बाद भी उसको धोखा देने और बहकाने का काम किया जा रहा है। यहीं से इन अपराधों का श्री गणेश उसके जीवन में होता है और वह चोरी करना और फिर झूठ बोलकर दूसरे को बहकाना अथवा धोखा देना सीख जाता है।

३—जहाँ कई एक बालक होते हैं, एक शक्तिशाली निर्बल को मारने का काम करता है। यह सब देखकर माता-पिता और घर के दूसरे लोग खूब हँसते हैं, जिससे उसको प्रोत्साहन मिलता है और अपने से निर्बल पर आक्रमण करने की बुरी आदत का उसके जीवन में निर्माण होता है।

बच्चों को समझने में भूल की जाती है

इस प्रकार छोटे बच्चों को जो बुरी आदतें माता-पिता और घर के दूसरे लोगों से मिलती हैं, उनको कौन नहीं जानता। लेकिन सच बात यह है कि इन बातों के द्वारा किस प्रकार बच्चों के जीवन में बुरी आदतों का प्रवेश होता है, इस बात का ज्ञान न तो माता-पिता को होता है और न घर के दूसरे लोगों को। आश्चर्य की बात यहीं तक नहीं है। मैं तो प्रायः रोज चौदह और सोलह वर्ष के नवयुवकों के चरित्र में भयानक बुरी बातें देखता हूँ और जब उनका विरोध किया जाता है तो एक तरफ से लोग कहने लगते हैं कि 'अरे अभी बच्चे हैं, आगे चलकर इस प्रकार की सभी आदतें अपने आप बदल जायँगी।' इस प्रकार की बातें आश्चर्य के साथ मैं प्रायः रोज ही सुनता हूँ और अपने मन में यह कहकर चुप हो जाता हूँ कि जिस जाति मनुष्य समाज में नवयुवकों को एक मिथ्या धारणा के न सन्मार्ग में लाने का कोई प्रयत्न नहीं किया जाता,

उस जाति और समाज में अच्छी आदतों के स्त्री-पुरुषों की सृष्टि कैसे हो सकती है, इस बात को भगवान ही जाने।

अच्छी आदतों का परिचय

हमारे सभी कार्यों में हमारी आदतों का प्रभाव पड़ता है। अच्छी आदतें मनुष्य के किसी भी कार्य को सुन्दर, आकर्षक और सफल बनाती हैं; बुरी आदत हमको असफलता की ओर ले जाती हैं। इस सत्य को कहीं किसी भी आदमी के जीवन में देखा जा सकता है और उसके बाद हमारा यह कर्त्तव्य हो जाता है कि हमारी जो अच्छी आदतें दूसरों के निकट प्रिय बनाती हैं हम उन्हें अपनावें।

हमारे जीवन का प्रारम्भ विद्यार्थी अवस्था से आरम्भ होता है। जो विद्यार्थी अपने व्यवहारों से अच्छी आदतों का परिचय देते हैं, वे घर से लेकर बाहर तक सब को प्रिय मालूम होते हैं। विद्यार्थियों की अच्छी आदतों में घर के लोगों का आज्ञा-पालन, पढ़ने-लिखने में परिश्रम और एकाग्रता, बड़ों के प्रति शिष्टाचार, मित्रों, परिचितों और दूसरे समवयस्क लड़कों के साथ स्नेहपूर्ण व्यवहार स्कूल तथा कालेज के अध्यापकों और गुरुजनों के प्रति अनुशासनपूर्ण और सर्वसाधारण के प्रति विनम्र व्यवहार करना प्रमुख हैं।

इस प्रकार के विद्यार्थी पढ़ने में सुयोग्य और उसके बाद जीवन में सर्वदा सफल होते हैं। उनके जीवन में अच्छी आदतों की यह देन होती है [illegible] ों के जीवन में इस प्रकार की [illegible] ता है, वे घर से लेकर [illegible] जाते हैं और यह [illegible] और [illegible]

वकील अपने मुवक्किलों के साथ स्नेह और सहानुभूति नहीं प्रकट कर सकता और उनको विपदाओं से बचाने के लिए ईमानदारी और सावधानी के साथ विश्वास नहीं दिला सकता, वह कभी अपने कार्य में सफल नहीं हो सकता।

एक वकील और डाक्टर को अच्छी आदतों की बहुत आवश्यकता होती है। जो लोग विभिन्न प्रकार की विपदाओं में उनके पास पहुँचते हैं, उसकी सहानुभूति और कर्मण्यता तथा तत्परता उनको शान्ति और संतोष देने का कार्य कर सकती है। लेकिन उनके आश्वासन में ईमानदारी का मिश्रण होना चाहिए। यदि इसका अभाव रहेगा, तो उसका परिणाम विपरीत साबित होगा।

चिकित्सा-सम्बन्धी स्वतन्त्र व्यवसाय करने वाले व्यक्तियों में अच्छी आदतों की जितनी आवश्यकता होती है, उतनी ही आवश्यकता उन चिकित्सकों के लिए भी होती है जो सरकारी अथवा गैर सरकारी चिकित्सा-संस्थाओं में नौकर होते हैं। सरकारी दवाखानों और अस्पतालों के डाक्टरों तथा कर्मचारियों में आमतौर से उन अच्छी आदतों का अभाव रहता है, जो उनके लिए अनिवार्य रूप से आवश्यक होती हैं। इसके लिए वे सरकारी डाक्टर और कर्मचारी ही अपराधी नहीं होते, बल्कि इस अपराध का बहुत कुछ उत्तरदायित्व सरकार पर भी होता है।

जो लोग नौकरी करते हैं, उनमें अच्छी आदतों की जो आवश्यकता होती है, उसके लिए कहना ही क्या है। छोटे और बड़े—सभी प्रकार के नौकर अपनी अच्छी आदतों के कारण ही उन्नति करते हैं। लेकिन इन अच्छी आदतों का जिनमें अभाव रहता है, वे कभी उन्नत नहीं हो पाते। छोटी नौकरियों में रहकर भी जिन्होंने आश्चर्यजनक उन्नतियाँ की हैं, यदि

देखकर होता है। जिस प्रकार किसी मनुष्य की सुन्दरता का परिचय उसकी मुखाकृति को देखकर होता है, उसी प्रकार उसकी योग्यता और सभ्यता का परिचय उसकी आदतों के द्वारा हुआ करता है।

मनुष्य का सच्चा परिचय

हमारी आदतें प्रत्येक समय हमारा परिचय देने का काम करती रहती हैं। हम उनको समझ नहीं पाते, यह दूसरी बात है। लेकिन दूसरे लोग हमको समझने का काम बराबर करते रहते हैं। उठते-बैठते, चलते-फिरते, खाते-पीते, बातें करते और बोलते हुए, हम प्रत्येक क्षण अपना परिचय दिया करते हैं। लेकिन हम जो अपना परिचय दूसरों को देते हैं, उसको हम स्वयं नहीं समझ पाते। इसका कारण भी हमारी अयोग्यता और असभ्यता ही है। इन पृष्ठों में हम स्पष्ट रूप से यह बताने की चेष्टा करेंगे कि हमारी कौन-सी आदतें हमारा किस प्रकार का परिचय देने का काम बराबर करती रहती हैं।

आदतों से मनुष्यता का ज्ञान

अपने किसी पड़ोसी की बीमारी अथवा विपद् में सहानुभूति प्रकट करना हमारी एक अच्छी आदत है। लेकिन ऐसे अवसरों पर भी अनेक लोग अपने घर पर ऐसा व्यवहार करते हैं, जो देखने और सुनने में अच्छा नहीं मालूम होता और सहज ही इस प्रकार के किसी भी आदमी को कहा जाता है कि वह अच्छा आदमी नहीं है।

मार्ग में दूसरों के चलने अथवा आने-जाने के रास्ते को रोककर खड़े होना और किसी के कुछ कहने पर लड़ाई-लड़ना

अपनी दुष्टता का परिचय देना है। इस प्रकार के किसी भी आदमी को कभी भी अच्छा नहीं कहा जा सकता।

लड़कियों और स्त्रियों के प्रति आदरपूर्ण व्यवहार करना मनुष्य की एक अच्छी आदत है। लेकिन मूर्ख और दुष्ट लोग इसके विरुद्ध व्यवहार करते हैं, उनको आमतौर पर लोग गवाँर तथा असभ्य कहा करते हैं।

दूसरों के साथ और विशेष कर अपने से बड़े लोगों के प्रति शिष्टता तथा नम्रता का व्यवहार करना अत्यन्त आवश्यक होता है। इसलिए जो लोग ऐसा करते हैं, उनको अच्छा आदमी और जो लोग इसके विरुद्ध व्यवहार करते हैं, उनको बुरा आदमी कहा जाता है।

बातचीत के सिलसिले में अपने मुँह से कभी अपनी और अपने आदमियों की प्रशंसा नहीं करना चाहिए। और न कभी प्रशंसा सुनने की इच्छा रखना चाहिए। इस लिए इस अच्छी आदत का जो पालन करते हैं, उनको सभ्य और सुशील कहा जाता है। लेकिन जो लोग इस अच्छी आदत के विरुद्ध व्यवहार करते हैं, उनको अभिमानी समझा जाता है।

सादगी श्रेष्ठता का परिचय देती है

सादगी हमारे जीवन का एक अच्छा गुण है। यह सादगी बातचीत में, व्यवहार बर्ताव में, खाने पीने में, उठने-बैठने में और वस्त्रों के पहनने-ओढ़ने में हमारी श्रेष्ठता का परिचय देती है। जिनमें इस सादगी का अभाव होता है, उनके प्रति लोगों की धारणा अच्छी नहीं होती।

किसी के साथ भी बात करते समय इस बात का बहुत ध्यान रखना चाहिए कि हमारे शब्दों, भावों और व्यवहारों से दूसरों के ... न को धक्का न पहुँचे। अपने अभिप्राय को स्पष्ट करना

उस समय हमारा उद्देश्य होना है, लेकिन सम्मानपूर्ण शब्दों के साथ। ऐसा करना अपनी शिष्टता और सज्जनता का परिचय देना है और जो इसका उल्लंघन करते हैं, लोगों की दृष्टि में वे दुर्जन बन जाते हैं।

बातचीत करने के समय आवश्यकता के अनुसार हँसना भी चाहिए और गम्भीर भी हो जाना चाहिए। न तो सदा गम्भीर बना रहना ही अच्छा होता है और न सदा हँसते रहना ही उचित मालूम होता है। विद्वानों का कहना है कि जो सदा हँसते अथवा मुस्कराते हुए बातें करते हैं, वे आदमी अच्छे नहीं होते। प्रायः इस प्रकार के मनुष्यों के हृदय काले और कलुषित हुआ करते।

जब हम कभी किसी के यहाँ भोजन करने जाय तो जो चीजें हमें खाने को मिलें, उनके साधारण होने पर भी अथवा उनमें कोई कमी होने पर भी हमें उनकी निन्दा न करना चाहिए। बल्कि हमें चाहिए कि सरल शब्दों में हम उनकी प्रशंसा करें और भोजन कराने वाले के प्रति कृतज्ञता प्रकट करें। ऐसा करना भलमनसाहत का लक्षण होता है।

इस प्रकार एक अच्छी आदत का पालन न करके कुछ लोग भोजन की चीजों में त्रुटियाँ इसलिए जाहिर करते हैं, जिससे वे बड़े आदमी समझे जाँय। परन्तु ऐसा नहीं होता। होता यह है कि त्रुटियाँ दिखाने वाले, लोगों की दृष्टि में गिर जाते हैं और समाज में वे भले आदमी नहीं समझे जाते।

अपनी भूल को स्वीकार करना

किसी भी बात को घटा-बढ़ाकर कभी न कहना चाहिए। बल्कि जो बात जैसी हो, उसको उसी रूप में कहने की आदत डालना चाहिए, प्रायः लोग किसी घटना को अथवा किसी की

बात को अपनी आवश्यकता के अनुसार गढ़ लेते हैं और उसका सच्चा रूप बिगाड़कर उसे लोगों के सामने उपस्थित करते हैं। इस प्रकार की आदत आदमी की क्षुद्रता प्रकट करती है। जो आदमी अपना सम्मान कायम रखना चाहते हैं, उन्हें चाहिए कि अपने विरोधी एवम शत्रु की बात को भी सही और सम्मान के साथ प्रकट करें। ऐसा करना बहुत आवश्यक है। इस अच्छी आदत की रक्षा करने से मनुष्य के हृदय की स्वच्छता और विशालता प्रकट होती है।

भूल सभी से होती है, छोटों से भी और बड़ों से भी। लेकिन जिनसे अपनी गलती न मानने की आदत होती है, उनको लोग घृणा की दृष्टि से देखते हैं और जो अपनी गलती को बिना किसी हठ के स्वीकार करते हैं, वे अपने शत्रुओं के द्वारा भी प्रशंसा पाते हैं।

गलती करना बुरा नहीं होता। इसलिए कि गलतियाँ तो सभी से हो सकती हैं और होती हैं। साधारण मनुष्यों से ही नहीं, बल्कि संसार में जो श्रेष्ठ पुरुष माने गये हैं, गलतियाँ उनसे भी हुई हैं। छोटे मनुष्यों और श्रेष्ठ पुरुषों में इतना ही अन्तर होता है कि छोटे अपनी भूलों को स्वीकार नहीं करते और जो श्रेष्ठ होते हैं, वे अपनी भूलों को स्वयं स्वीकार करते हैं और अपनी तरफ से उनके लिए प्रायश्चित्त करते हैं। छोटे मनुष्यों और श्रेष्ठ पुरुषों में इतना ही अन्तर होता है।

पेड़ पर चढ़ने वाला ही गिरता है और काम करने वाले से ही गलती होती है। लेकिन अपनी भूल को सहज ही स्वीकार कर लेना अपने आत्मा की निर्मलता का परिचय देना होता है। युवकों और विद्यार्थियों को चाहिए कि मनुष्य जीवन की इस अच्छी आदत का अभ्यास डालें और अपनी भूल को स्वीकार करने से जो सम्मान प्राप्त होता है, उसके वे अधिकारी बनें।

किसी के सम्बन्ध में भी ऐसी बात न कहना चाहिए, जिससे उसकी बदनामी होती हो। किसी की बदनामी उड़ाना तो मनुष्य के जीवन का एक भयानक अपराध है ही, लेकिन सही बात होने पर भी उस बात को न कहना यह मनुष्य-जीवन की एक अच्छी आदत है। जिनको दूसरे के अपयश का प्रचार करने में—चाहे वह सच्चा हो अथवा झूठा—सुख मिलता है, वे अच्छे आदमियों में नहीं गिने जाते।

इसलिए होना यह चाहिए कि शत्रु हो अथवा मित्र, परिचित हो अथवा अपरिचित दूसरे की अपयशवाली बात न तो कभी अपने मुँह से कहे और न इस प्रकार की होने वाली बातों में कभी शामिल हो। जो ऐसा करते हैं, वे सज्जन प्रकृति के मनुष्य माने जाते हैं।

इसी प्रकार की आदतों में किसी की चुगली करना भी एक बुरी आदत है। चुगल आदमी समाज में कभी अच्छा नहीं समझा जाता और उसकी सदा निन्दा होती रहती है। चुगली करने की आदत मनुष्य के हृदय की एक गन्दगी का परिचय देती है। ऐसा मनुष्य जिसकी चुगली करता है, उसके निकट और जिससे चुगली करता है, उसके भी निकट नीच समझा जाता है। जो आदत मनुष्य को हर तरीके से अपमानित होने का कारण पैदा करती है, उसे छोड़ देना ही मनुष्य के लिए सम्मानपूर्ण हो सकता है।

किसी भी दशा में हम दूसरों के सम्मान का ख्याल रखें, यह हमारे लिए बहुत आवश्यक है। यदि हम दूसरों से सम्मान चाहते हैं तो उसके लिए यही एक रास्ता है कि हम दूसरे का सम्मान करें। यदि हम ऐसा नहीं करते तो न तो हम दूसरों से

बात को अपनी आवश्यकता के अनुसार गढ़ लेते हैं और उस सच्चा रूप बिगाड़कर उसे लोगों के सामने उपस्थित करते इस प्रकार की आदत आदमी की क्षुद्रता प्रकट करती जो आदमी अपना सम्मान कायम रखना चाहते हैं, उन्हें चा कि अपने विरोधी एवम शत्रु की बात को भी सही और सम्म के साथ प्रकट करें। ऐसा करना बहुत आवश्यक है। इस अच आदत की रक्षा करने से मनुष्य के हृदय की स्वच्छता अ विशालता प्रकट होती है।

भूल सभी से होती है, छोटों से भी और बड़ों से भ लेकिन जिनमें अपनी गलती न मानने की आदत होती उनको लोग घृणा की दृष्टि से देखते हैं और जो अपनी गल को बिना किसी हठ के स्वीकार करते हैं, वे अपने शत्रुओं द्वारा भी प्रशंसा पाते हैं।

गलती करना बुरा नहीं होता। इसलिए कि गलतियाँ सभी से हो सकती हैं और होती हैं। साधारण मनुष्यों से नहीं, बल्कि संसार में जो श्रेष्ठ पुरुष माने गये हैं, गल उनसे भी हुई हैं। छोटे मनुष्यों और श्रेष्ठ पुरुषों में इतन अन्तर होता है कि छोटे अपनी भूलों को स्वीकार नहीं और जो श्रेष्ठ होते हैं, वे अपनी भूलों को स्वयं स्वीकार हैं और अपनी तरफ से उनके लिए प्रायश्चित्त करते हैं। मनुष्यों और श्रेष्ठ पुरुषों में इतना ही अन्तर होता है।

पेड़ पर चढ़ने वाला ही गिरता है और काम करने ही गलती होती है। लेकिन अपनी भूल को सहज ही कर लेना अपने आत्मा की निर्मलता का परिचय देना है युवकों और ाहिए कि मनुष्य जीवन अच्छी करने

मनुष्य स्वयं अपने आप को बड़ा न मान बैठे। नहीं तो वह लोगों की नज़रों में गिर जायगा और लोग उसका उपहास करना आरम्भ कर देंगे।

दूसरों को सम्मान देना

मनुष्य अपने आपको दूसरों के सामने बड़ा करके कैसे उपस्थित करता है, इसको स्पष्ट करने के लिए नीचे कुछ उदाहरण देने आवश्यक मालूम होते हैं—

१—अपने यहाँ किसी के आने पर स्वयं किसी अच्छे स्थान पर बैठना और दूसरों को साधारण स्थान पर बैठने के लिए विवश करना।

२—किसी दूसरे के यहां जाकर ऊंचे स्थान पर बैठने की चेष्टा करना।

३—चारपाई में एक तरफ सिरहाना और दूसरी तरफ पैताना होता है। जो मनुष्य वास्तव में श्रेष्ठ होता है, वह कभी सिरहाने के तरफ बैठने की चेष्टा नहीं करता। लेकिन जो नीच स्वभाव के मनुष्य होते हैं और जो वास्तव में श्रेष्ठता पाने के अधिकारी नहीं होते, वे ही चारपाई पर सिरहाने बैठने की चेष्टा करते हैं।

जो मनुष्य अपनी तरफ से साधारण स्थान पर बैठने की चेष्टा करता है, उसको लोग ऊँचा स्थान देने की हमेशा कोशिश करते हैं। नीच और ऊंच की परीक्षा मनुष्य के हृदय से होती है और उसका लक्षण यह है कि जो वास्तव में नीच होता है, वह सदा ऊँचे बैठने की चेष्टा करता है। मनुष्य को इस सत्य के समझने की चेष्टा करना चाहिए। और सदा ऐसा व्यवहार करना चाहिए कि जिससे दूसरे उसको सम्मान देने के लिए बाध्य हों।

दूसरों को सम्मान देना, जैसा कि ऊपर लिखा गया है,

सम्मान पाने के अधिकारी ही हैं और न हमें सम्मान मिल ही सकता है।

उपहास में कड़ुआपन न हो

आपस की मजाक में कभी-कभी अपमान पूर्ण व्यवहार हो जाने की नौबत आ जाती है। इसलिए कभी किसी का ऐसा उपहास न करना चाहिए, जिससे उसको जरा भी असम्मान पूर्ण मालूम हो अथवा उसके हृदय को व्यथा का अनुभव हो। इस प्रकार की हँसी-मजाक अच्छे आदमियों के बीच में कभी नहीं होती।

हँसी का उद्देश्य इतना ही है कि हम भी हंसे और जिस की हँसी उड़ावें, उसका भी चित्त प्रसन्न हो उठे। यदि ऐसा नहीं होता तो हँसी का उद्देश्य ही गलत हो जाता है और उस प्रकार की बातें भलमनसाहत का परिचय नहीं देतीं। इसलिए अच्छे आदमी बनने के लिए यह आवश्यक है कि हम हँसी के द्वारा दूसरे के सम्मान की वृद्धि करें और फिर हम सब के सब हंसे। हास्य की सुन्दर परिभाषा यही है। और जो ऐसा करते हैं, उनकी गणना अच्छे आदमियों में होती है।

व्यवहार और बातचीत में जो अपने आपको छोटा साबित करने की चेष्टा करता है, वास्तव में श्रेष्ठ पुरुष वही कहलाता है। लेकिन जो नीच होते हैं, वे अपने-आप को दूसरों के निकट बातों और व्यवहारों में बड़ा साबित करने की चेष्टा किया करते हैं। इस प्रकार की आदतों से मनुष्य का श्रेष्ठता और नीचता का पता चलता है।

मनुष्य को इस बात का ज्ञान होना चाहिए कि वह अपने आपको बड़ा नहीं बना सकता; बल्कि उसे बड़ा बनाने का कार्य दूसरे लोग करते हैं और यह उसी दशा में सम्भव होता है, जब

मनुष्य स्वयं अपने आप को बड़ा न मान बैठे। नहीं तो वह लोगों की नजरों में गिर जायगा और लोग उसका उपहास करना आरम्भ कर देंगे।

दूसरों को सम्मान देना

मनुष्य अपने आपको दूसरों के सामने बड़ा करके कैसे उपस्थित करता है, इसको स्पष्ट करने के लिए नीचे कुछ उदाहरण देने आवश्यक मालूम होते हैं—

१—अपने यहाँ किसी के आने पर स्वयं किसी अच्छे स्थान पर बैठना और दूसरों को साधारण स्थान पर बैठने के लिए विवश करना।

२—किसी दूसरे के यहाँ जाकर ऊँचे स्थान पर बैठने की चेष्टा करना।

३—चारपाई में एक तरफ सिरहाना और दूसरी तरफ पैताना होता है। जो मनुष्य वास्तव में श्रेष्ठ होता है, वह कभी सिरहाने के तरफ बैठने की चेष्टा नहीं करता। लेकिन जो नीच स्वभाव के मनुष्य होते हैं और जो वास्तव में श्रेष्ठता पाने के अधिकारी नहीं होते, वे ही चारपाई पर सिरहाने बैठने की चेष्टा करते हैं।

जो मनुष्य अपनी तरफ से साधारण स्थान पर बैठने की चेष्टा करता है, उसको लोग ऊँचा स्थान देने की हमेशा कोशिश करते हैं। नीच और ऊँच की परीक्षा मनुष्य के हृदय से होती है और उसका लक्षण यह है कि जो वास्तव में नीच होता है, वह सदा ऊँचे बैठने की चेष्टा करता है। मनुष्य को इस सत्य के समझने की चेष्टा करना चाहिए। और सदा ऐसा व्यवहार करना चाहिए कि जिससे दूसरे उसको सम्मान देने के लिए बाध्य हों।

दूसरों को सम्मान देना, जैसा कि ऊपर लिखा गया है,

सम्मान पाने के अधिकारी ही हैं और न हमें सम्मान मिल सकता है।

उपहास में कड़ुआपन न हो

आपस की मजाक में कभी-कभी अपमान पूर्ण व्यवहार हो जाने की नौबत आ जाती है। इसलिए कभी किसी का ऐसा उपहास न करना चाहिए, जिससे उसको जरा भी असम्मान पूर्ण मालूम हो अथवा उसके हृदय को व्यथा का अनुभव हो। इस प्रकार की हँसी-मजाक अच्छे आदमियों के बीच में कभी नहीं होती।

हँसी का उद्देश्य इतना ही है कि हम भी हंसे और जिस की हँसी उड़ावें, उसका भी चित्त प्रसन्न हो उठे। यदि ऐसा नहीं होता तो हँसी का उद्देश्य ही गलत हो जाता है और उस प्रकार की बातें भलमनसाहत का परिचय नहीं देतीं। इसलिए अच्छे आदमी बनने के लिए यह आवश्यक है कि हम हँसी के द्वारा दूसरे के सम्मान की वृद्धि करें और फिर हम सब के सब हंसें। हास्य की सुन्दर परिभाषा यही है। और जो ऐसा करते हैं, उनकी गणना अच्छे आदमियों में होती है।

व्यवहार और बातचीत में जो अपने आपको छोटा साबित करने की चेष्टा करता है, वास्तव में श्रेष्ठ पुरुष वही कहलाता है। लेकिन जो नीच होते हैं, वे अपने-आप को दूसरों के निकट बातों और व्यवहारों में बड़ा साबित करने की चेष्टा किया करते हैं। इस प्रकार की आदतों से मनुष्य का श्रेष्ठता और नीचता का पता चलता है।

मनुष्य को इस बात का ज्ञान होना चाहिए कि वह अपने आपको बड़ा नहीं बना सकता; बल्कि उसे बड़ा दूसरे लोग करते हैं और यह उसी दशा में

मनुष्य स्वयं अपने आप को बड़ा न मान बैठे। नहीं तो वह लोगों की नजरों में गिर जायगा और लोग उसका उपहास करना आरम्भ कर देंगे।

दूसरों को सम्मान देना

मनुष्य अपने आपको दूसरों के सामने बड़ा करके कैसे उपस्थित करता है, इसको स्पष्ट करने के लिए नीचे कुछ उदाहरण देने आवश्यक मालूम होते हैं—

१—अपने यहाँ किसी के आने पर स्वयं किसी अच्छे स्थान पर बैठना और दूसरों को साधारण स्थान पर बैठने के लिए विवश करना।

२—किसी दूसरे के यहाँ जाकर ऊंचे स्थान पर बैठने की चेष्टा करना।

३—चारपाई मे एक तरफ सिरहाना और दूसरी तरफ पैताना होता है। जो मनुष्य वास्तव मे श्रेष्ठ होता है, वह कभी सिरहाने के तरफ बैठने की चेष्टा नहीं करता। लेकिन जो नीच स्वभाव के मनुष्य होते हैं और जो वास्तव मे श्रेष्ठता पाने के अधिकारी नहीं होते, वे ही चारपाई पर सिरहाने बैठने की चेष्टा करते हैं।

जो मनुष्य अपनी तरफ से साधारण स्थान पर बैठने की चेष्टा करता है, उसको लोग ऊँचा स्थान देने की हमेशा कोशिश करते हैं। नीच और ऊंच की परीक्षा मनुष्य के हृदय से होती है और उसका लक्षण यह है कि जो वास्तव में नीच होता है, वह सदा ऊँचे बैठने की चेष्टा करता है। मनुष्य को इस सत्य के समझने की चेष्टा करना चाहिए। और सदा ऐसा व्यवहार करना चाहिए कि जिससे दूसरे उसको सम्मान देने के लिए बाध्य हों।

दूसरों को सम्मान देना, जैसा कि

मनुष्य का कर्त्तव्य है। लेकिन झूठा सम्मान देना अपमान करने से कम नहीं होता। इसलिए दूसरों के प्रति सम्मान प्रकट करने में इस बात का बहुत ध्यान रखना चाहिए। अनादर करना मनुष्यता के सर्वथा विपरीत है।

विवाद और विरोध में भी प्रियता

विवाद और विरोध करना कभी भी बुरा नहीं होता, यदि मनुष्य सत्यता, प्रियता और उपयोगिता का ध्यान रखे। यदि इन बातों का ख्याल नहीं रखा जाता तो विवाद और विरोध अनर्थ के कारण बन जाते हैं। इसलिए जो लोग अनर्थ से बचना चाहें, उनको इस प्रकार के विवाद और विरोध से सदा दूर रहना चाहिए।

जिनके विवाद और विरोध आरम्भ से अंत तक प्रियता और मधुरता को नष्ट नहीं करते, वे वास्तव में श्रेष्ठ और विद्वान होते हैं और उनके विरुद्ध प्रकृति वाले नीचता की श्रेणी में रखे जाते हैं।

हमें चाहिए कि हम स्वयं दूसरों को नमस्कार और प्रणाम करना सीखें। ऐसा करने से हम दूसरों के नमस्कार और प्रणाम के अधिकारी बन जाते हैं। जो लोग चाहते हैं कि अन्य लोग उनको प्रणाम करें, वे हृदय के नीच होते हैं। इस प्रकार के व्यक्ति दूसरों का सम्मान प्राप्त करने के अधिकारी नहीं होते।

नमस्कार और प्रणाम करने का अर्थ मनुष्यता का सम्मान करना है। जो मनुष्यता को आदर नहीं देता, वह वास्तव में मनुष्य नहीं है। इसलिए छोटे और बड़े का भेद भूल कर जो दूसरों को नमस्कार करने का अभ्यासी होता है, वह सर्वथा प्रशंसनीय होता है।

आत्म-सम्मान की रक्षा

दूसरों का सम्मान करना जितना जरूरी होता है, आत्म-सम्मान की रक्षा करना भी उतना ही आवश्यक होता है। अपने सम्मान की रक्षा वही कर सकता है, जो दूसरों का अपमान करना नहीं जानता। सच्ची मनुष्यता का यह प्रमुख लक्षण है।

बातचीत और विवाद के समय जो अपनी कहने के साथ-साथ दूसरों की बातों को सुनने और समझने की भी कोशिश करता है, वह बुद्धिमान मनुष्य समझा जाता है। लेकिन जो ऐसा नहीं करता और दूसरों की न तो सुनता है और न दूसरों को कहने का अवसर देता है, वह धूर्त, दुराग्रही और पतित होता है।

बात चीत और विवाद के समय अपनी बातों को संक्षिप्त और सारगर्भित बनाकर उपस्थित करो। ऐसा करने से विपक्षी आपके सत्य को अनुभव करने का मौका प्राप्त करेंगे और उसकी महानता को स्वीकार करेंगे। अर्थ हीन विस्तृत बातों का प्रभाव अच्छा नहीं पड़ता और उनसे इस बात का पता चलता है कि उसके पास सत्य का अभाव है। इसलिए यदि हम चाहते हैं कि हमारी बातों से लोग प्रभावित हों तो हमको अपनी बातों का सार उद्देश्य सीधे शब्दों में दूसरों के सामने रखना चाहिए। ऐसा न करना अपनी उद्दण्डता और अयोग्यता का परिचय देना है।

इस प्रकार हमारे जीवन की बहुत सी आदतें हैं, जिनसे हमारी योग्यता का लोगों को पता चलता है। अतएव यदि हम चाहते हैं कि हमें लोग सभ्य, सज्जन और अच्छे आदमी समझें तो ऊपर लिखी गयी बातों को [illegible] आदर्श के निर्माण की शक्ति-भर [illegible]

मनुष्य का कर्त्तव्य है। लेकिन झूठा सम्मान देना अपमान करने से कम नहीं होता। इसलिए दूसरों के प्रति सम्मान प्रकट करने में इस बात का बहुत ध्यान रखना चाहिए। अनादर करना मनुष्यता के सर्वथा विपरीत है।

विवाद और विरोध में भी प्रियता

विवाद और विरोध करना कभी भी बुरा नहीं होता, यदि मनुष्य सत्यता, प्रियता और उपयोगिता का ध्यान रखे। यदि इन बातों का ख्याल नहीं रखा जाता तो विवाद और विरोध अनर्थ के कारण बन जाते हैं। इसलिए जो लोग अनर्थ से बचना चाहें, उनको इस प्रकार के विवाद और विरोध से सदा दूर रहना चाहिए।

जिनके विवाद और विरोध आरम्भ से अंत तक प्रियता और मधुरता को नष्ट नहीं करते, वे वास्तव में श्रेष्ठ और विद्वान होते हैं और उनके विरुद्ध प्रकृति वाले नीचता की श्रेणी में रखे जाते हैं।

हमें चाहिए कि हम स्वयं दूसरों को नमस्कार और प्रणाम करना सीखें। ऐसा करने से हम दूसरों के नमस्कार और प्रणाम के अधिकारी बन जाते हैं। जो लोग चाहते हैं कि अन्य लोग उनको प्रणाम करें, वे हृदय के नीच होते हैं। इस प्रकार के व्यक्ति दूसरों का सम्मान प्राप्त करने के अधिकारी नहीं होते।

नमस्कार और प्रणाम करने का अर्थ मनुष्यता का सम्मान करना है। जो मनुष्यता को आदर नहीं देता, वह वास्तव में मनुष्य नहीं है। इसलिए छोटे और बड़े का भेद भूल कर जो दूसरों को नमस्कार करने का अभ्यासी होता है, वह सर्वथा प्रशंसनीय होता है।

आत्म-सम्मान की रक्षा

दूसरों का सम्मान करना जितना जरूरी होता है, आत्म-सम्मान की रक्षा करना भी उतना ही आवश्यक होता है। अपने सम्मान की रक्षा वही कर सकता है, जो दूसरों का अपमान करना नहीं जानता। सच्ची मनुष्यता का यह प्रमुख लक्षण है।

बातचीत और विवाद के समय जो अपनी कहने के साथ-साथ दूसरों की बातों को सुनने और समझने की भी कोशिश करता है, वह बुद्धिमान मनुष्य समझा जाता है। लेकिन जो ऐसा नहीं करता और दूसरों की न तो सुनता है और न दूसरों को कहने का अवसर देता है, वह धूर्त, दुराग्रही और पतित होता है।

बात चीत और विवाद के समय अपनी बातों को संक्षिप्त और सारगर्भित बनाकर उपस्थित करो। ऐसा करने से विपक्षी तुम्हारे सत्य को अनुभव करने का मौका प्राप्त करेंगे और उसकी महत्ता को स्वीकार करेंगे। अर्थ हीन विस्तृत बातों का प्रभाव अच्छा नहीं पड़ता और उनसे इस बात का पता चलता है कि उसके पास सत्य का अभाव है। इसलिए यदि हम चाहते हैं कि हमारी बातों से लोग प्रभावित हों तो हमको अपनी बातों का सार उद्देश्य सीधे शब्दों में दूसरों के सामने रखना चाहिए। ऐसा न करना अपना उद्दण्डता और अयोग्यता का परिचय देना है।

इस प्रकार हमारे जीवन की बहुत सी आदतें हैं, जिनसे हमारी योग्यता का लोगों को पता चलता है। अतएव यदि हम चाहते हैं कि हमें लोग सभ्य, सज्जन और अच्छे आदमी समझें तो ऊपर लिखी गयी बातों को महत्व देकर हमें अच्छी आदतों के निर्माण की शक्ति-भर चेष्टा करना चाहिए।

आठवाँ परिच्छेद

अच्छी आदतों का निर्माण

मनुष्य के जीवन में आदतों के निर्माण के तीन समय होते हैं। एक समय वह होता है जब शैशव अवस्था में अथवा अनुभवहीन अवस्था में अच्छी अथवा बुरी आदतें जीवन की परिस्थितियों के अनुसार अंकुरित होकर मजबूत होने लगती हैं। दूसरा समय वह होता है, जब माता-पिता और गुरुजनों से अच्छी आदतों की शिक्षा मिलती है और तीसरा समय वह होता है, जब मनुष्य अपनी किसी भी अवस्था में स्वयं आदतों का निर्माण करता है। इन तीनों अवसरों पर जिन आदतों का निर्माण मनुष्य स्वयं करता है, उनका अधिक महत्व है।

यह मानी हुई बात है कि जीवन के आरम्भ मे जिस प्रकार की आदतों के संस्कार पड़ जाते हैं, उनकी जड़ों को काटकर दूसरी प्रकार की आदतों का निर्माण बहुत कुछ कठिन होता है। परन्तु जीवन की परिपक्व अवस्था में अच्छी आदतों के परिणाम वहीं बहुत-कुछ देखने में आते हैं, जहाँ पर मनुष्य उनका स्वयं निर्माण करता है। आदतों के निर्माण के सम्बन्ध मे यहाँ पर लिखी गयी बातों को गम्भीरता के साथ समझने की आवश्यकता है।

एक सौभाग्य

आदतों के सम्बन्ध में मैंने स्वयं अपने जीवन में क्षत-विक्षत होकर गम्भीरता के साथ अध्ययन, अनुशीलन और अनुभव किया है। उसके बाद मैं इस परिणाम पर पहुँचा हूँ कि मनुष्य जिस प्रकार अपने सौभाग्य और दुर्भाग्य का निर्माण करता है,

इसी प्रकार वह अपनी अच्छी और बुरी आदतों का भी स्वयं एक दिन निर्माण करता है। पूर्वजों से मिला हुआ मनुष्य के जीवन में सौभाग्य और दुर्भाग्य कुछ विशेष महत्व नहीं रखता। इसीलिए माता-पिता की सम्पत्ति पाकर जो सौभाग्यशाली बन जाते हैं, वे थोड़े ही दिनों में भाग्यहीन हो जाते हैं। इसी प्रकार जो लोग अपने माता-पिता से पाये हुए दुर्भाग्य को लेकर जीवन में प्रवेश करते हैं, उनमें से अधिकांश कुछ दिनों में सौभाग्यशाली बन जाते हैं। जीवन का यह सत्य सर्वत्र देखा जा सकता है।

ठीक यही अवस्था हमारी आदतों के सम्बन्ध में है। सामान्य रूप से इस बात को महत्व दिया जाता है कि माता-पिता और गुरुजनों के द्वारा बच्चों के जीवन में अच्छी आदतों का निर्माण हो, यह एक सौभाग्य की बात है। परन्तु मैं ऐसा नहीं सोचता।

अच्छी आदतों का निर्माण स्वयं करना पड़ता है

यह बात भी सही है कि अनेक श्रेष्ठ पुरुषों ने अपनी अच्छी आदतों के लिए अपने माता-पिता की प्रशंसायें की हैं। परन्तु सैकड़ों श्रेष्ठ पुरुषों के जीवन-चरित्रों का अध्ययन करके और अपने जीवन की अनुभूतियाँ लेकर मैं यह कहने का साहस करता हूँ कि श्रेष्ठ पुरुषों के जीवन में उनकी उन अच्छी आदतों का स्थान अधिक महत्वपूर्ण मिलता है, जिनका उन्होंने स्वयं निर्माण किया है।

इस छोटी-सी पुस्तक में इस बात की गम्भीरता में मैं अधिक नहीं जाना चाहता। परन्तु मैं विश्वास पूर्वक नवयुवकों से लेकर बूढ़ों तक—सब से यह कहना चाहता हूँ कि वे अपने [illegible] का स्वयं निर्माण करें और यदि [illegible] परिस्थितियों से जीवन में [illegible]

आठवाँ परिच्छेद

अच्छी आदतों का निर्माण

मनुष्य के जीवन में आदतों के निर्माण के तीन समय होते हैं। एक समय वह होता है जब शैशव अवस्था में अथवा अनुभवहीन अवस्था में अच्छी अथवा बुरी आदतें जीवन में परिस्थितियों के अनुसार अंकुरित होकर मजबूत होने लगती हैं। दूसरा समय वह होता है, जब माता-पिता और गुरुजनों से अच्छी आदतों की शिक्षा मिलती है और तीसरा समय वह होता है, जब मनुष्य अपनी किसी भी अवस्था में स्वयं आदतों का निर्माण करता है। इन तीनों अवसरों पर जिन आदतों का निर्माण मनुष्य स्वयं करता है, उनका अधिक महत्व है।

यह मानी हुई बात है कि जीवन के आरम्भ में जिस प्रकार की आदतों के संस्कार पड़ जाते हैं, उनकी जड़ों को काट कर दूसरी प्रकार की आदतों का निर्माण बहुत कुछ कठिन होता है, परन्तु जीवन की परिपक्व अवस्था में अच्छी आदतों के परिणाम वहीं बहुत-कुछ देखने में आते हैं, जहाँ पर मनुष्य उनका स्वयं निर्माण करता है। आदतों के निर्माण के सम्बन्ध में यहाँ लिखी गयी बातों को गम्भीरता के साथ समझने की आवश्यकता है।

पैतृक सौभाग्य

आदतों के सम्बन्ध में मैंने स्वयं अपने जीवन में सतर्क होकर गम्भीरता के साथ अध्ययन, अनुशीलन और अनुभव किया है। उसके बाद मैं इस परिणाम पर पहुँचा हूँ कि मनुष्य जिस प्रकार अपने सौभाग्य और दुर्भाग्य का निर्माण करता है

अच्छी आदतों के निर्माण का कार्य अपने जीवन में करे। इसके जीवन को श्रेष्ठता का श्री गणेश यहीं से होगा और यदि उसके जीवन में बुरी आदतों ने स्थान पा लिया है तो वह साहस पूर्वक उनको उखाड़कर फेंक दे और प्रतिज्ञाबद्ध होकर अच्छी आदतों का निर्माण करे।

बुरी आदतें कभी भी मिटाई जा सकती हैं

बुरी आदतों के कारण कोई भी मनुष्य कभी निराश न हो। वह किसी भी अवस्था में अपने जीवन का निर्माण कर सकता है। लेकिन उसी दशा में, जब कि वह स्वयं उसका निर्माण करना चाहता है। अच्छी आदतों के प्रति यदि शक्तिशाली अभिलाषा का उदय नहीं होता तो यह भी समझ लेना चाहिए कि अच्छी आदतों के निर्माण का कार्य उसके लिए बहुत-कुछ दुसाध्य है।

यहाँ पर एक प्रश्न यह पैदा होता है कि अच्छी और बुरी आदतों का निर्णय कैसे किया जाय? इसका उत्तर बहुत सीधा और सरल है। ज्ञान-प्राप्त अवस्था में कोई ऐसा मनुष्य नहीं हो सकता, जो अच्छे और बुरे आदमी को न समझता हो। वहीं पर उसे जीवन की अच्छाई और बुराई मिलेगी। जो अच्छे आदमी होते हैं, उनमें अच्छी आदतों का और जो बुरे आदमी होते हैं, उनमें बुरी आदतों का समन्वय और सम्मिश्रण उसी प्रकार होता है, जिस प्रकार दूध में जल का। जो अच्छी आदतों का निर्माण करना चाहते हैं, उनको अच्छे आदमियों का और जो बुरी आदतों का निर्माण करना चाहते हैं, उनको बुरे [illegible]मियों का अनुसरण करना चाहिए। अच्छी और बुरी [illegible]के निर्माण का यही एक साधन और तरीका होता है।

इस बात को लेकर कभी निराश न होना चाहिए कि ...

आदतों का आगमन हो चुका है तो वे उनको मिटाकर अपने चरित्र में अच्छी आदतों के लाने का कार्य करें। बिना किसी सन्देह के उनको सफलता मिलेगी और वे श्रेष्ठ पुरुष बन सकेंगे। वे ऐसा कैसे कर सकेंगे, इस पर मैं इस परिच्छेद में बहुत-कुछ बताने का प्रयत्न करूँगा। वे सावधानी के साथ उनका अध्ययन करें। और अच्छी आदतों के निर्माण का कार्य आरम्भ करें।

अनुभव हीन अवस्था में माता-पिता के द्वारा जो अच्छी आदतें हमको प्राप्त होती हैं, उनका हमारे जीवन में कोई मोह और महत्व उसी प्रकार नहीं होता, जिस प्रकार हमारे बिना किसी परिश्रम के अनायास हमें माता-पिता की सम्पत्ति मिल जाती है।

आदतों का निर्माण करना ही श्रेष्ठता है

यद्यपि यह बात सुनने और जानने में अच्छी नहीं मालूम होती कि बच्चों की आदतों के निर्माण में माता-पिता का नियन्त्रण न रहे। लेकिन उनसे जो अच्छी आदतें हमारी अज्ञान अवस्था में हमको प्राप्त होती हैं, उनका कोई मूल्य हमें उस समय तक नहीं मालम होता, जब तक हमें उनके समझने का अनुभव प्राप्त होता है। इसलिए जिस वस्तु का हम मूल्य नहीं समझते, उसकी बरबादी अथवा उसका विनाश हमारे द्वारा सहज ही हो जाता है। परन्तु जिस वस्तु का मूल्य समझकर अपने असीम परिश्रम के द्वारा हमने उसे प्राप्त किया है, अथवा जिसका हमने निर्माण किया है, उसी की हम रक्षा भी करते हैं और अपने सम्पूर्ण जीवन को उन्हीं के आधार पर चरितार्थ भी करते हैं।

हमारी इन बातों का बहुत सीधा-सा अर्थ यह है कि मनुष्य अनायास पायी हुई अच्छी अथवा बुरी आदतों का मोह छोड़कर

अच्छी आदतों के निर्माण का कार्य अपने जीवन में करे। इसके जीवन की श्रेष्ठता का श्री गणेश यहीं से होगा और यदि इसके जीवन में बुरी आदतों ने स्थान पा लिया है तो वह साहस पूर्वक उनको उखाड़कर फेंक दे और प्रतिज्ञाबद्ध होकर अच्छी आदतों का निर्माण करे।

बुरी आदतें कभी भी मिटाई जा सकती हैं

बुरी आदतों के कारण कोई भी मनुष्य कभी निराश न हो। वह किसी भी अवस्था में अपने जीवन का निर्माण कर सकता है। लेकिन उसी दशा में, जब कि वह स्वयं उसका निर्माण करना चाहता है। अच्छी आदतों के प्रति यदि शक्तिशाली अभिलाषा का उदय नहीं होता तो यह भी समझ लेना चाहिए कि अच्छी आदतों के निर्माण का कार्य उसके लिए बहुत-कुछ दुसाध्य है।

यहाँ पर एक प्रश्न यह पैदा होता है कि अच्छी और बुरी आदतों का निर्णय कैसे किया जाय ? इसका उत्तर बहुत सीधा और सरल है। ज्ञान-प्राप्त अवस्था में कोई ऐसा मनुष्य नहीं हो सकता, जो अच्छे और बुरे आदमी को न समझता हो। वहीं पर उसे जीवन की अच्छाई और बुराई मिलेगी। जो अच्छे आदमी होते हैं, उनमें अच्छी आदतों का और जो बुरे आदमी होते हैं, उनमें बुरी आदतों का समन्वय और सम्मिश्रण उसी प्रकार होता है, जिस प्रकार दूध में जल का। जो अच्छी आदतों का निर्माण करना चाहते हैं, उनको अच्छे आदमियों का और जो बुरी आदतों का निर्माण करना चाहते हैं, उनको बुरे आदमियों का अनुसरण करना चाहिए। अच्छी और बुरी आदतों के निर्माण का यही एक साधन और तरीका होता है।

इस बात को लेकर कभी निराश न होना चाहिए कि हमारी

आदतें तो बिगड़ चुकी हैं, हमारे बनने और बिगड़ने का समय तो समाप्त हो चुका है, हम तो गरीब और साधारण आदमी हैं, हमारे जीवन में इन बातों का कोई महत्व नहीं है और इस प्रकार की बातें वही सोचते हैं, जो न तो अच्छे आदमी बन सके हैं और न भविष्य में बनना चाहते हैं। जो अपने जीवन में अच्छी आदतों का निर्माण नहीं करना चाहते, हमारे सामने उनका कोई प्रश्न नहीं है। हमें तो उनके सम्बन्ध में निर्णय करना है, जो किसी भी परिस्थिति में और किसी भी अवस्था में अच्छी आदतों का निर्माण करना चाहते है। ऐसे लोगों को निराशा की कोई बात कभी न सोचना चाहिए। अवस्था, अभाव और परिस्थितियाँ हमारे मार्ग में कभी बाधक नहीं होतीं, यदि हम अपने जीवन में इस प्रकार का कोई भी निर्माण करना चाहते हैं।

मनुष्य स्वय अपने जीवन का निर्माण करता है

अगर हमने अपनी वर्तमान अवस्था तक इसके सम्बन्ध में कोई काम नहीं किया अथवा हमारे माता-पिता के द्वारा हमारे जीवन में किसी अच्छी आदत का निर्माण नहीं हुआ तो भी हमारी निराशा का कोई कारण नहीं है। जीवन का चिर सत्य यही है कि मनुष्य अपने जीवन की सभी बातों का निर्माण स्वयं करता है। हमारे जीवन का यह मिथ्या विश्वास है कि अमुक व्यक्ति अपने सम्पत्तिशाली पिता के द्वारा सौभाग्यशाली बना। हमको अच्छा आदमी बनाने में केवल हमारी अच्छी आदतें ही काम कर सकती हैं, इस सत्य को कभी न भूलना चाहिए। गौतम बुद्ध, दयानन्द, विवेकानन्द, रामतीर्थ, कालिदास, तुलसीदास, वाल्मीकि, शिवाजी, राणाप्रताप, हैदरअली, टीपू सुलतान, लक्ष्मीबाई, बाल गंगाधर तिलक, मोहनदास कर्मचन्द गांधी, मोतीलाल नेहरू, जवाहरलाल नेहरू, सैयदहसन इमाम एस०

पी० मिनहा, बदरुद्दीन तैयब जी, काशीनाथ त्रिम्बक तैलंग, प्रतापचन्द्र मजूमदार, शीशपद बनर्जी, केशवचन्द्र सेन, राममोहनराय आदि भारतीय और सैकड़ों विदेशी श्रेष्ठ पुरुषों के जीवन चरित्र इस बात के साक्षी हैं कि मनुष्य स्वयं अपनी अच्छी आदतों का निर्माण करके जीवन की श्रेष्ठता और महानता प्राप्त करता है।

अच्छी आदतों के निर्माण का मार्ग

अपने जीवन में अच्छी आदतें उत्पन्न करने के लिए सब से उत्तम और पहला साधन यह है कि जिस प्रकार की हम अच्छी आदतों को निर्माण करना चाहें, उन आदतों के मनुष्यों के साथ हम संसर्ग स्थापित करें। इस बात को कौन नहीं जानता कि राजनीतिक विद्वानों के संसर्ग में रहकर मनुष्य राजनीतिक, धार्मिक श्रेष्ठ पुरुषों के संसर्ग में रहकर धार्मिक और साहित्यकारों के संसर्ग में रहकर साहित्यकार बन जाता है। न जाने कितने लोगों ने साधु संतों का सम्पर्क प्राप्त करके उनके जीवन में प्रवेश किया है।

संसर्ग और सम्पर्क का प्रभाव मनुष्य-जीवन पर पड़ता है। कुछ दिनों तक लगातार नीम के वृक्ष के नीचे लेट कर अथवा उसकी छाया में रहकर मनुष्य उसके गुणों का लाभ उठाता है। इस प्रकार के बहुत से उदाहरण हैं, जिनसे हमें स्वीकार करना पड़ता है कि मनुष्य जिस प्रकार के संसर्ग में रहता है, वसी प्रकार का बन जाता है। अब यह हमारे ऊपर निर्भर है कि हम जिस प्रकार का जीवन-निर्माण करना चाहें, वैसा निर्माण करें। हमारे सामने निराशा का कोई कारण नहीं है।

आदतों के निर्माण का दूसरा साधन यह है कि मनुष्य उस साहित्य का अध्ययन करे, जिनसे अच्छी आदतों की

स्पष्ट होती हो। संसार में न जाने कितने उदाहरण ऐसे हैं, जिनसे मालूम होता है कि लोगों ने चरित्र-निर्माण करने वाली पुस्तकों का अध्ययन और अनुसरण करके अपने जीवन में अच्छी आदतों का निर्माण किया है। इसलिए जो ऐसा करना चाहता है, उनको इन साधनों का लाभ उठाना चाहिए। उन्हें निश्चित रूप से सफलता मिलेगी।

जिनकी आदतें बिगड़ चुकी हैं, उनके सामने निराशा का कोई प्रश्न नहीं है। यदि वे चाहते हैं कि उनमें अच्छी आदतें उत्पन्न हो जायँ तो वे गम्भीरता के साथ अपने हृदय में इस बात का निर्णय करें। इसके साथ बुरी आदतों को छोड़ने और उनके स्थान पर अच्छी आदतों के लाने का वे संकल्प करें। इसके पश्चात् प्रतिज्ञाबद्ध होकर निम्नलिखित बातों के आधार पर वे अपने जीवन में बुरी आदतों को मिटाकर अच्छी आदतों का निर्माण करें—

१—अपनी जिन बुरी आदतों को वे मिटाना चाहते हैं, उन आदतों के लोगों का अपने मन में संकल्प करके सदा के लिए बहिष्कार कर दें और फिर उनके संसर्ग में वे न जावें।

२—जिनको वे अच्छे आदमी समझते हैं, उनके साथ अपनी सुविधाओं के अनुसार संसर्ग स्थापित करें।

३—उन अच्छी पुस्तकों को पढ़ें, जिनके द्वारा मन में अच्छे विचारों की उत्पत्ति होती है।

अपने इस निर्णय और संकल्प की देखभाल नित्य सोने के पहले कर लेना चाहिए और देख लेना चाहिए कि जीवन के जिस प्रकार बनाने का हमने संकल्प किया है, उसके अनुसार हम सही मार्ग पर चल रहे हैं अथवा नहीं।

—:: समाप्त ::—